

ASPIC Toscana

Scuola Superiore Europea di Counseling Professionale

Corso: 'Microcounseling' - Firenze, Siena, Lucca

Firenze: per info 0583.935001

Siena: per info 0583.935001

Lucca: per info 0583.935001

www.aspictoscana.it

Corso Introduttivo al Master Esperienziale in Gestalt Counseling

Durata: 6 incontri

Presentazione

Il Corso è un contesto che attiva un potente fattore di crescita, evoluzione e cambiamento individuale, stimola l'autonomia e le potenzialità creative e di problem solving.

Rappresenta uno spazio adeguato e sicuro dove poter esprimere vissuti ed **elaborare emozioni**, favorisce l'apprendimento di modalità e valori socialmente funzionali.

Obiettivi

- Sperimentare creativamente il cambiamento
- Migliorare le proprie relazioni interpersonali
- Avere più fiducia in se stessi
- Gestire emozioni e stress
- Apprendere le abilità di vita

Destinatari

Il **Corso: 'Microcounseling'** è rivolto a chi desidera migliorare la qualità della propria vita, conoscere e valorizzare le proprie risorse personali e professionali acquisendo le competenze di base del Counseling.

Sedi di svolgimento

Firenze Scandicci.

Siena: Via Rosi 6.

Viareggio (Lucca): Via delle Darsene 40/2.

Durata

Il Corso si articola in **6 incontri** (1 weekend al mese).

Metodologia

La metodologia principale è l'espressione dei sentimenti e dei vissuti in un ambiente protetto e lo sviluppo della **consapevolezza di sé** e per una maggiore efficacia nelle relazioni.

Ogni partecipante è libero di dosare il proprio coinvolgimento.

Modalità di iscrizione

Per informazioni e iscrizioni contattare la segreteria centrale ASPIC Toscana al numero 0583.935001.

Attestato

Al termine del percorso viene rilasciato l'**Attestato di partecipazione**.

Per chi lo desidera è possibile, proseguire la formazione all'interno del Master Esperienziale in Gestalt Counseling.