

PROGRAMMA

- “Presentazione” (gratuita) a conclusione sarà offerto un aperitivo sul luogo.
- “Ogni fiore ha il suo profumo” (Riconoscere il proprio stile comunicativo).
- “Hai ragione tu, ma...”. (Riconoscere i propri limiti nella comunicazione: pregiudizi, stereotipi, solitudine, orgoglio, vergogna, pigrizia, invidia, sfiducia...
- “Imperfetti e felici” (Imparare ad amare i propri difetti).

Per visionare il programma completo accedi alla pagina web:
<http://ilmiocounselor.jimdo.com/estate-benessere-2016/>

Oppure, se possiedi la App scansiona il codice Qr che vedi sotto e sarai indirizzato direttamente nella stessa pagina.



LENTINI:

Global Servizi
via del Mare 88/90 Santuzzi Carlentini.
18.30 alle 21.00 (inizio ore 19)
L'orario è uguale per tutti gli incontri
15-22-29 Aprile e 6 Maggio 2016

CATANIA:

Photo studio-Art gallery Nucleika
via Umberto 145 - Catania
18.30 alle 21.00 (inizio ore 19)
L'orario è uguale per tutti gli incontri
14-21-28 Aprile e 5 Maggio 2016

Aspettando l'estate
Estate & Benessere
“Parlare è un po' amare”
incontri a mediazione artistica



Cos'è il Counseling

Il counseling professionale è un'attività il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita del cliente, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di auto-determinazione. Il counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento. È un intervento che utilizza varie metodologie mutuare da diversi orientamenti teorici. Si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi e istituzioni. Il counseling può essere erogato in vari ambiti, quali privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale. (Tratto dalla premessa del codice deontologico di AssoCounseling)

Il Counseling Espressivo

Il counseling è un intervento di aiuto basato sull'ascolto accettante e sulla comunicazione empatica, offre supporto ad un altro essere umano con competenza ed autenticità. Attraverso i colloqui di counseling si possono affrontare quei disagi quotidiani legati ai vari ambiti della propria vita e riconoscere la propria fragilità/forza, volta ad un miglioramento.

Il counseling espressivo (o art-counseling) è caratterizzato dall'integrazione di tutte le tecniche del colloquio di counseling mediato dalle tecniche artistiche. È un processo in cui si incontrano il linguaggio verbale e il linguaggio non verbale.

Estate&Benessere

È un ciclo di incontri a mediazione artistica per promuovere la consapevolezza e riflettere sul tema specifico della comunicazione. Gli incontri sono esperienziali e per tanto è prevista un'adesione attiva dei partecipanti, che saranno guidati dal conduttore nell'esplorazione del tema dell'incontro. Per tale esplorazione il conduttore si avvale dell'utilizzo di tecniche artistiche, come ad esempio: pittura, ballo, fotografia, teatro, scrittura, etc. Il ciclo è composto da tre incontri, più la presentazione, ed è suddiviso in 3 tappe:

- 1 Riconoscere il proprio stile comunicativo;
- 2 Individuare alcuni nemici della buona comunicazione;
- 3 Accettare la propria unicità.

Ogni incontro è auto-concludente quindi non è obbligatoria l'adesione all'intero ciclo (che comunque è consigliata per dare un senso di continuità al lavoro). Ogni settimana si potrà partecipare ad un tema specifico ed è possibile inserirsi in qualunque incontro. Per motivi di organizzazione è richiesta la conferma di adesione almeno 24 ore prima dell'incontro scelto. (per e.mail o per cellulare). Si consiglia abbigliamento comodo.

Ogni incontro parte con un minimo di 8 iscritti.

Per Info. e/o Prenotazioni contattare

Giovanni Conte

cell 329 35 24 162

<http://ilmiocounselor.jimdo.com>

E.mail: gc.giovanni@gmail.com

La Comunicazione

Non possiamo farne a meno, che lo vogliamo o no: comunichiamo! Perché anche i silenzi come l'immobilità, danno delle informazioni nostre intenzioni o idee. Questo succede perché la comunicazione avviene essenzialmente su due livelli: verbale e non verbale. Il linguaggio verbale è caratterizzato dal suo contenuto, per esempio una persona che dice "ti voglio bene" sta inviando un messaggio chiaro a livello semantico. Attraverso l'espressione non-verbale invece possiamo individuare delle caratteristiche che danno un colore differente alla comunicazione verbale, a seconda di come viene detta qualcosa. Questa coloritura la possiamo osservare attraverso il tono, la mimica, l'atteggiamento, la distanza fisica, la gestualità etc. Da questa prospettiva il messaggio verbale "ti voglio bene" può cambiare completamente di significato: immaginiamo due persone che se lo dicano tenendosi per mano e fissandosi negli occhi, oppure due persone che se lo dicano con un tono di voce sommesso, a denti stretti e fisicamente distanti. Un'altra caratteristica di questi due livelli della comunicazione è data dal fatto che mentre il linguaggio verbale è prevalentemente consapevole, il linguaggio non-verbale lo è meno o addirittura per certi aspetti è anche inconsapevole. La persona che acquisisce consapevolezza sul proprio stile comunicativo e quindi sul proprio, personale ed unico, linguaggio verbale/non-verbale può potenziare la propria assertività e quindi rafforzare la capacità di gestione di eventi che altrimenti sarebbero potenzialmente stressanti.