

Counseling e Filosofia

L'obiettivo del corso dal titolo *Counseling e Filosofia* consiste nel far apprendere le basi del Counseling, una relazione d'aiuto professionale e riconosciuta ai sensi di Legge n. 4/2013, che riguarda l'ascolto attivo, quella capacità di saper ascoltare con elevata attenzione e partecipazione comunicativa, il dialogo, quelle parole giuste al momento giusto senza interrompere, il silenzio, come forma di comunicazione e l'empatia, quel mettersi nei panni degli altri, con testa e cuore, pur mantenendo il distacco emotivo.

Queste situazioni e circostanze si possono ritrovare, all'incirca anche nella filosofia greca, soprattutto nei dialoghi di Platone che racchiudono il pensiero di Socrate con il suo atteggiamento coerente di azione, pensiero e cuore che arriva, come insegnamento, fino ai giorni nostri.

Comprendere a fondo il valore della Filosofia e i principi del Counseling significa assumersi la responsabilità dei nostri comportamenti e delle nostre azioni in ogni circostanza e diventa così un modo per conoscersi con maggior consapevolezza.

Counseling e Filosofia possano dialogare insieme per generare un migliore stile di vita ed un atteggiamento sicuro e capace di affrontare gli eventi che possono dar fastidio, destabilizzare e farci perdere il controllo.

Si evidenzierà l'importanza del "conosci te stesso", fondamento della filosofia socratica, che invita l'uomo a cogliere la propria interiorità come luogo di riflessione e consapevolezza di ciò che realmente siamo e su di ciò che realmente vogliamo e possiamo fare della e nella nostra vita.

ARGOMENTI

1. **Introduzione al counseling mediante l'atteggiamento di Socrate**
2. **il mito della caverna: la mappa non è il territorio**
3. **Conosci te stesso perché le Risorse sono dentro di te**
4. **Conoscersi attraverso la Mente, il Cuore ed il Corpo**

Obiettivi / Finalità

- **miglioramento delle competenze relazionali e comunicative**
- **maggiore conoscenza di sé stessi**
- **sviluppo delle capacità di gestione dello stress**
- **superamento di eventuali momenti di difficoltà transitoria**
- **superamento di problematiche e/o disagi**
- **capacità di prendere decisioni con consapevolezza**

Sabato e Domenica

Durata: 16 ore (9.30 – 13.00 / 14.00 – 18.30)

Didattica: lezione frontale ed esercitazioni con giochi di ruolo

Docente: **Filippo Rolla** laureato in Filosofia, Counselor Trainer SIAF Italia ai sensi di Legge 4/2013, Master practitioner in PNL, da anni si occupa di counseling, formazione ed arte.

A chi si rivolge: il corso si rivolge a tutti coloro che desiderano approfondire la conoscenza di se stessi, migliorare le proprie capacità relazionali e la propria autostima, acquisire o consolidare competenze nella relazione d'aiuto da utilizzare sia in ambito lavorativo che familiare.

Per maggiori informazioni: cell. 328 37 38 300 oppure all'indirizzo email: filipporolla@gmail.com oppure www.filipporolla.com