



# COUNSELING DAY

21 OTTOBRE

## Evento

Pratiche di counseling di gruppo e in gruppo per la crescita personale e relazionale

## Descrizione

La prima parte prevede una introduzione al counseling in generale e alla specializzazione delle counselor che conducono l'incontro. Nella seconda parte viene proposta una esperienza che si basa sulla teoria e pratica della Psicosintesi che favorisce l'auto-conoscenza e l'osservazione delle molteplicità dei propri contenuti, come le emozioni, i pensieri, i bisogni, le immagini per poter iniziare a rispondere alla domanda chi sono io, come voglio essere e dove voglio andare. Nella terza parte viene proposta una presentazione dal titolo "La cura di sé nelle relazioni" come portare armonia nelle relazioni interpersonali. Verranno esplorati i temi legati alla relazione con l'altro: bisogni profondi, il rispecchiamento, le mancanze, le dinamiche di potere. L'obiettivo sarà: imparare a vedere le relazioni come una guida per sviluppare maggiore consapevolezza di sé stessi e per armonizzare le nostre parti interne. Verrà proposto al termine un esercizio esperienziale di contatto empatico con l'altro. È un incontro di counseling di gruppo per un massimo di 12 partecipanti ed è rivolto a persone maggiorenti.

## Luogo e orario

Milano, Via Pola 15 (MM2 Gioia, MM3 Zara, MM5 Isola, Autobus 90,91,92,86, Tram 7,31)  
Dalle 17.30 alle 20.30

## Professionisti

Manuela Voltan: professional counselor ad indirizzo psicosintetico, conduttrice e counselor di gruppi in psicosintesi per la crescita personale.

Valentina Di Liberto sociologa, professional counselor e formatore relazionale.

## Info e prenotazioni

Scriveteci via e-mail a [manuela\\_voltan@libero.it](mailto:manuela_voltan@libero.it) oppure contattateci per sms o Whatsapp al numero 333 4417792 oppure via Whatsapp al numero 3206621729 e sarete richiamati

Counseling Day: una iniziativa promossa da

**AssoCounseling**  
*Associazione Professionale di Categoria*

Scopri tutti gli eventi su [www.counselingday.it](http://www.counselingday.it)