

Gruppo per la *Felicità*

Percorso di Counselling di gruppo alla ricerca della Felicità



Presentazione

Il Percorso sulla "Felicità" è un itinerario di gruppo di Counselling sulla ricerca della propria "felicità".

Il Counselling è un processo di apprendimento delle proprie motivazioni, interessi, desideri, punti di forza e di debolezza svolto con un professionista della "Relazione d'Aiuto".

Il Gruppo di Counselling si propone come un itinerario in cui i componenti, facilitati dal Counsellor, decidono di sperimentar-si e affrontare quegli aspetti che sono di ostacolo al raggiungimento della "felicità" e di un ben-essere orientato al "Senso della vita".

Il gruppo è un "contesto protetto" in cui ci si può far conoscere senza "maschere"; un contesto in cui la forza del gruppo è di aiuto ad una piena consapevolezza ed al cambiamento verso la felicità.

Poiché non si cambia solo con la consapevolezza, il percorso unisce, alla consapevolezza personale, una spinta all'azione sostenuta dall'energia del gruppo.

Il percorso permetterà di cambiare e, indirettamente, donare al Mondo (famiglia, contesto di lavoro, partner, amici) energia positiva.

L'itinerario prevede 8 incontri (1 sabato al mese a partire da novembre fino a giugno 2010) su tematiche specifiche.

Il gruppo viene formato all'inizio del percorso e non permetterà l'entrata di nuovi membri per favorire un clima di piena fiducia.

Obiettivi

Alla fine del percorso di Counselling la persona potrà aver raggiunto alcuni dei seguenti obiettivi:

Consapevolezza

- Consapevolezza delle proprie emozioni
- Consapevolezza dei "blocchi" che frenano il raggiungimento della piena realizzazione
- Consapevolezza delle dinamiche familiari
- Consapevolezza delle modalità di costruzione delle proprie "relazioni affettive"
- Consapevolezza delle modalità di comunicazione e relazione
- Consapevolezza delle modalità di relazione nel Contesto sociale (lavoro, tempo libero, ecc.)

Azione

- Sviluppare capacità di fronteggiamento di emozioni limitanti
- Sviluppare capacità di attivazione nel contesto familiare
- Costruire relazioni affettive soddisfacenti
- Comunicare meglio se stessi nelle relazioni con gli altri
- Creare chiarezza nei propri Contesti sociali

Metodologia

IL Metodo è quello del Counselling di gruppo in cui un conduttore propone esperienze che possano facilitare l'approfondimento del gruppo.

In tali esperienze possono essere utilizzate tecniche (role play, simulazioni, drammatizzazioni) derivanti da vari approcci: Gestalt, Teatroterapia, PNL, Analisi Transazionale, Logoterapia.

Tempi e luogo

Il percorso si snoda in 1 sabato al mese, dalle 9 alle 18, nelle seguenti date:

Date	Tematiche
Sabato 7 novembre 2009	Percepire se stessi, vivere tutte le Emozioni
Sabato 12 dicembre 2009	Ri-vivere la famiglia d'origine, riscoprire i genitori
Sabato 23 gennaio 2010	Affettività e relazioni d'amore
Sabato 27 febbraio 2010	Potenziare l'autostima, cambiare il giudizio
Sabato 20 marzo 2010	Comunicare meglio, costruire relazioni
Sabato 10 aprile 2010	Dare un "senso" alla vita
Sabato 15 maggio 2010	Vision - are il futuro, costruire <i>ponti</i>
Sabato 5 giugno 2010	vivere la sessualità

Le attività si terranno presso la sede dell'Associazione "Counsellor.it" a Turi (Ba) in via Cisterna II traversa n.6.

Costi

Il percorso consta di 64 ore alla fine del quale sarà rilasciato un attestato.

Il costo è di euro 280 (35 euro a incontro) oltre IVA per i soci; 300 euro per i non soci.

Il pagamento potrà essere dilazionato.

Il pranzo e la colazione sono compresi nella quota e saranno offerti dall'associazione.

Conduttore del gruppo

Il conduttore del gruppo è il dr. Paolo Danza
(psicopedagoga, Counsellor, Mediatore Familiare, Giudice Onorario sez. Minori Corte Appello Tribunale di Bari, specializzando in TeatroTerapia)

Informazioni e iscrizioni

Si accede al Gruppo solo dopo aver effettuato un colloquio di selezione e motivazione.
Saranno accettate massimo 14 persone.

Per informazioni e iscrizioni:

Inviare una mail a info@counsellor.it

o telefonare al dott. Paolo Danza (3284779206).

Per visionare il progetto completo andare su www.counsellor.it