

Counseling: promuovere le Life Skills

«Prendersi cura delle relazioni»

Le 5 vie per migliorare le competenze relazionali e professionali

Il Corso è riconosciuto come aggiornamento dal MIUR (D.M. 8/6/2005)

➤ SCOPO

Il percorso sviluppa le competenze relazionali fondamentali per vivere rapporti interpersonali e professionali costruttivi. Il corso teorico-pratico offre una riflessione sulla categoria «relazione», utilizzando un approccio esperienziale di tipo individuale e di gruppo.

Le *Life Skills* rappresentano un patrimonio di **competenze trasversali che permettono alla persona di affrontare le sfide di tutti i giorni**, a livello personale o professionale, generando relazioni di qualità. Facciamo qualche esempio:

- un bravo insegnante che non sia in grado di sviluppare *empatia* con lo studente rischia di non creare una sana relazione educativa;
- un medico che non dimostri *intelligenza emotiva* nei confronti del paziente corre il rischio di non vedere la persona sofferente;
- un genitore non consapevole del linguaggio che utilizza difficilmente si relazionerà con l'adolescente attraverso una *comunicazione costruttiva*;
- un responsabile di comunità che non potenzi l'*ascolto attivo* corre il rischio di non cogliere i valori e le esigenze dei suoi destinatari, dei suoi parrocchiani, dei suoi collaboratori

E ancora, cosa potrebbe succedere se limitassimo tutto alla prestazione tecnica e professionale, assai ineccepibile, ma perdessimo il valore delle relazioni?

Scopo di ogni seminario è quello di potenziare le abilità relazionali basilari. *L'ascolto attivo, la comunicazione efficace, l'intelligenza emotiva, la consapevolezza della propria interiorità e delle qualità interiori* rappresentano **le 5 vie per conoscere se stessi e potenziare le competenze relazionali.**

Per attivare quelle che sono definite le abilità, offerte dalla pratica del *counseling*, è necessario comprendere il processo che porta la persona a diventare consapevole di sé e delle relazioni che instaura. La consapevolezza diventa il cardine per abbracciare la dinamica tra conoscenza di sé e interiorità. Il processo conoscitivo offre così la strada al soggetto per riscoprire il valore delle relazioni, quale spazio vitale per dire la propria identità. Il *counseling*, e nello specifico il *pastoral and spiritual counseling*, offre quelle competenze per prendersi cura degli altri, imparando a vivere e a generare relazioni moralmente qualitative.

➤ **DESTINATARI:**

Il corso è rivolto a *tutte le persone desiderose di migliorare* le proprie relazioni interpersonali e a *tutte le categorie professionali* impegnate nella:

- **RELAZIONE EDUCATIVA:** Insegnati di ogni ordine e grado, Allenatori, Genitori
Il Corso è riconosciuto come aggiornamento dal MIUR (D.M. 8/6/2005)
- **RELAZIONE D'AIUTO:** Counselor, Educatori, Formatori
- **RELAZIONE SANITARIA:** Medici, Infermieri e Operatori sanitari
- **RELAZIONE PASTORALE:** Responsabili di comunità pastorali, Operatori pastorali, Catechisti, Diaconi, Accompagnatori spirituali, Operatori dei centri d'ascolto
- **RELAZIONE AZIENDALE:** Manager, Responsabili, Impiegati

➤ **METODOLOGIA**

Ogni incontro alterna la lezione frontale con il lavoro di gruppo/coppia oppure individuale. Questa metodologia favorisce un confronto libero e sereno, una maggiore consapevolezza personale e di gruppo sul tema proposto, una miglior padronanza con la competenza relazionale che il singolo modulo desidera potenziare. *Alcuni moduli tematici prevedono l'intervento didattico di un esperto.*

➤ **STRUTTURA:**

Il corso «Promuovere le *Life Skills*. Prendersi cura delle relazioni» si articola in 5 vie tematiche. È possibile iscriversi anche a un singolo modulo.

1. **CONOSCERE SE STESSI**
2. **ABITARE LE EMOZIONI**
3. **COMUNICARE IN MODO EFFICACE**
4. **PRATICARE LA DIMENSIONE SPIRITUALE**
5. **POTENZIARE LE QUALITÀ INTERIORI**

➤ **RESPONSABILE DEL CORSO E COORDINATRICE GENERALE:**

BARBARA MARCHICA - *Dottore in Teologia, Counselor Professionista, Counselor Pastorale*

349.5389432 – info@barbaramarchica.it

Tutti i dettagli del corso sul sito: www.issrmilano.it