

*Se tratti una persona per come è,  
resterà quello che è,  
ma se la tratti per ciò che potrebbe essere  
diverrà ciò che dovrebbe e potrebbe essere.*  
Johann Wolfgang Goethe

**Seminario Esperienziale**  
**Counseling Motivazionale®**  
**e BenEssere PsicoFisico**  
**Imparare ad Essere**  
**Tutto ciò che puoi Essere**  
*Seminario di Valorizzazione Personale*



Counseling Motivazionale e BenEssere psicofisico  
- Seminario Esperienziale -  
Accogliere il proprio vero Sé attraverso l'incontro  
con l'altro da Sé

**Per iscriversi al corso:**

inviare copia della ricevuta di pagamento  
all'indirizzo [ferrara@scuoladicounseling.it](mailto:ferrara@scuoladicounseling.it) mail  
oppure al n. di  
fax: **0532.1911435**. Vi daremo pronta risposta  
di ricezione.

Per la partecipazione al seminario, si consiglia  
un abbigliamento comodo, che lasci la  
possibilità di muoversi liberamente.

**A cosa serve questo corso?**

**Aperti nella mente,  
Centrati nel corpo,  
Connessi con il mondo**

- ❖ Ascoltare parole non dette.  
Aprire lo sguardo per vedere oltre il già visto.  
Accogliere il proprio Sé nel corpo e nella mente.  
Incontrare l'Altro e iniziare un dialogo.  
Rispettare un sogno e guardarlo compiersi.

**DESTINATARI.**

Tutte le persone interessate ad  
apprendere qualcosa di utile su di sé e  
su come evolversi in modo integrato e  
armonico. Nonché per chi voglia  
essere di supporto alle persone:  
professionisti della relazione d'aiuto,  
insegnanti, animatori, manager,  
responsabili di gruppi, facilitatori nei  
processi partecipati o nei gruppi di  
auto-aiuto.

**Quota di partecipazione.**

Per i soci di S.I.C.M. Ferrara e per chi  
si associa entro il 25/8 (pagando i 40  
€ della quota associativa per il 2015 +  
**160 € per il corso**) il costo è in totale  
di **200 €**. Dal 26/8 il costo diviene di  
220 € + Iva. Il pagamento si effettua  
tramite bonifico sul c.c. della Scuola  
Italiana di Counseling Motivazionale,  
sede di Ferrara, c/o Carife ag. 7.  
IBAN:

**IT74E0615513007000000012975.**

Causale: quota associativa SICM  
Ferrara + iscrizione corso CM e  
benessere psicofisico.

[www.scuoladicounseling.it/ferrara](http://www.scuoladicounseling.it/ferrara)

**Seminario Esperienziale**  
**Counseling Motivazionale®**  
**e BenEssere PsicoFisico**

**Imparare ad Essere**  
**Tutto ciò che puoi Essere**  
*Seminario di Valorizzazione Personale*



Counseling Motivazionale e BenEssere psicofisico  
- Seminario Esperienziale -  
Accogliere il proprio vero Sé attraverso l'incontro  
con l'altro da Sé

**sabato 5 e domenica 6**  
**SETTEMBRE 2015**

Durata 14 ore

**Sede del corso:**

**Ferrara**

Scuola Italiana di Counseling Motivazionale

**Mail:** [ferrara@scuoladicounseling.it](mailto:ferrara@scuoladicounseling.it)

**Tel.** 347/5226708



*Il Corpo, le Parole e le immagini di un viaggio di Benessere.*

**Perché un altro corso sul benessere?** Perché questo è diverso. Qui vengono proposte le prassi e i fondamenti delle scienze bio-psico-sociali dei sistemi umani. La scoperta dei neuroni specchio e le nuove elaborazioni delle neuroscienze confermano la pratica del Counseling Motivazionale e permettono la comprensione della persona nella sua interezza (intelligenza complessiva, integrata) in tutte le sue funzioni (cognitive, sociali, emotive, motorie, posturali, biofisiologiche e spirituali) in modo concreto e non ideologico. Questa integrazione si rivela particolarmente utile per migliorare le relazioni, la motivazione, l'evoluzione personale, il rinnovamento e il cambiamento.

**Il Counseling Motivazionale è** innanzitutto uno stile relazionale centrato sulla persona, interessato cioè alla comprensione della sua cornice di riferimento interna e a come questa agevola od ostacola i suoi rapporti con il mondo. Esso propone strumenti utili nella promozione della salute e del benessere personale e relazionale, il suo obiettivo è il miglioramento della qualità di vita della persona, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione. Aiuta la persona ad affrontare difficoltà relative a processi evolutivi, a fasi di transizione e stati di crisi, per rinforzare capacità di scelta o di cambiamento.

Viene richiesto nella gestione di problematiche quali le dipendenze, l'alimentazione sbilanciata, la disistima di sé, le ambivalenze affettive ed emotive. Le domande a cui il **Counseling Motivazionale** aiuta a cercare le risposte sono, ad esempio:



**“Le persone possono scordare  
quello che hai detto  
ed anche quello che hai fatto  
ma non scorderanno mai  
come le hai fatte sentire”**

**Maya Angelou**

*poetessa, attrice, narratrice e attivista  
del movimento americano per i diritti*

come può una persona migliorare la propria esperienza soggettiva? Quali sono i processi che agevolano o che vanno, invece, a interferire con la qualità della nostra esperienza soggettiva?

### **Programma del seminario**

- I care my self: prendersi cura di sé per essere al meglio di come si può essere.
- Incontrarsi, conoscersi, accettarsi, evolvere, nutrirsi, rilassarsi.
- Qui ed Ora: la percezione dell'infinito.
- Il fascino sensuale della valorizzazione personale.
- Attivare il dialogo dentro e fuori di Sé.
- Dare un senso alle sensazioni: *quando inavvertitamente il mio dito.*
- Incontrare le proprie emozioni.
- Dalle emozioni ai sentimenti.
- Alla sorgente del benessere personale e relazionale.
- Il corpo motivazionale: socialità, sintonizzazione, empatia.
- L'ambivalenza: cos'è, come si

- gestisce.
- Il ciclo evolutivo: dalle emozioni croniche alle emozioni dinamiche.
  - Quando le parole prendono corpo, cambia ciò che si dice e ciò che si sente.
  - Do you remember? Un saluto per dare corpo alla memoria: *Il corpo motivazionale simpatico e parasimpatico.*

### **Orario delle giornate di formazione sabato:**

**9.30 – 13.30**

**14.30 – 18.30**

**domenica:**

**9.00 - 13.00**

**14.00 - 16.00**

**Durata complessiva del corso: ore 14.**

Il corso è condotto da trainer e counselor certificati del Counseling Motivazionale®.

**Al termine del corso la Scuola Italiana di Counseling Motivazionale, sede di Ferrara rilascerà un attestato di partecipazione.**

### **Docenti:**

**dott. Antonio Bimbo**, Supervisor Counselor (Certificazione AssoCounseling n. A0128), direttore Scuola Italiana di Counseling Motivazionale, sede di Ferrara, [www.antoniochimbo-counselor.it](http://www.antoniochimbo-counselor.it).

**dott.ssa Paola Agni**, Professional Counselor (Certificazione AssoCounseling n. A1594), Counselor Motivazionale, Avvocato -Mediatore familiare.