

PROGETTO DIDATTICO

DATI GENERALI DEL CORSO	
Titolo del Percorso Formativo	Laboratorio di Pratiche di Consapevolezza
Formatore / Corpo Docente	Alice Corda Francesca Coddetta
Durata Complessiva (in ore)	54 ore (9 moduli da 6 ore effettive ciascuno, escluse le pause)
Periodo di Svolgimento (Date)	dal 31/10/2026 al 19/06/2027 (una giornata al mese)
Ambito attribuzione crediti (vd. paragrafo 1)	Formazione Core: Pratica, modelli, approcci e tecniche dirette del counselling (1 credito formativo per ogni ora di formazione)
Tipologia attribuzione	1 CF/ora (6 crediti formativi per singola giornata)

DATI GENERALI DEL CORSO

crediti	
N. crediti formativi attribuibili	54 (totale intero percorso)

PARAGRAFO 1: AMBITO DI INSERIMENTO E TIPOLOGIA DEL PERCORSO

☒	Formazione Core: Pratica, modelli, approcci e tecniche dirette del counselling (<i>1 credito formativo per ogni ora di formazione</i>).
☐	Formazione nei Contesti Applicativi: Utilizzo in area educativa, organizzativa, sociale, familiare, interculturale, comunitaria o di orientamento (<i>0,50 crediti per ogni ora di formazione</i>).
☐	Formazione su Temi Socioculturali Rilevanti: Fenomeni e cambiamenti della società contemporanea connessi ai bisogni emergenti (<i>0,50 crediti per ogni ora di formazione</i>).
☐	Percorso Strutturato di Specializzazione: Percorso verticale specialistico (<i>1 credito formativo per ogni ora di formazione</i>).

PARAGRAFO 2: PROFILO DEI DESTINATARI

Target di riferimento (es. counsellor professionisti, studenti in corso, figure affini):

Il percorso è specificamente progettato per un'aula mista e inclusiva, aperta a:

1. Counsellor professionisti di qualsiasi orientamento teorico o associazione professionale, intenzionati ad assolvere agli obblighi di aggiornamento permanente e ad approfondire le pratiche esperienziali dell'Approccio Centrato sulla Persona (ACP);

PARAGRAFO 2: PROFILO DEI DESTINATARI

2. Studenti in corso di formazione in counselling e figure professionali affini della relazione d'aiuto;
3. Esterni e non-counsellor che desiderano intraprendere un cammino di auto-esplorazione, crescita e alfabetizzazione emotiva.

Eventuale integrazione e rielaborazione in chiave di counselling (se aperta a non-counsellor):

La strutturazione di una classe mista funge da acceleratore formativo e da "palestra di vita relazionale" speculare. Per i non-professionisti, l'impianto rogersiano e le pratiche corporeo-analogiche vengono rielaborate in chiave di auto-ascolto profondo, integrazione del proprio vissuto e sviluppo di una comunicazione trasparente nei contesti quotidiani. Per i counsellor professionisti, l'interazione con un target non-tecnico rappresenta un esercizio d'eccellenza per la manutenzione delle proprie attitudini nucleari: consente di allenare l'ascolto ricettivo puro, la congruenza e l'accettazione incondizionata su dinamiche umane autentiche e destrutturate, liberate da gerghi scolastici o sovrastrutture teoriche, preservando la freschezza e la genuinità della presenza nel setting.

PARAGRAFO 3: PERTINENZA CON LA PRATICA PROFESSIONALE

Impatto sulla qualità della relazione professionale:

Il percorso interviene direttamente sul nucleo fondante della relazione d'aiuto rogersiana. L'integrazione strutturata di pratiche meditative, artistiche e corporee espande la sensibilità e la capacità ricettiva del counsellor, permettendogli di intercettare attivamente non solo le verbalizzazioni del cliente, ma anche il flusso delle risonanze somatiche, emotive e analogiche che qualificano l'incontro interpersonale nel Qui ed Ora.

Sviluppo della consapevolezza del ruolo e del setting:

Attraverso il lavoro intensivo sui confini relazionali, sulla decodifica e accoglienza del sentire emotivo e sulla consapevolezza transpersonale e sistemica, il professionista consolida la propria centratura e stabilità interiore. Questo radicamento è indispensabile per prevenire dinamiche identificative, proiezioni o derive di *burnout*, garantendo un setting limpido e protetto.

PARAGRAFO 3: PERTINENZA CON LA PRATICA PROFESSIONALE

Potenziamento delle modalità e degli strumenti di consulenza:

Il programma fornisce una gamma diversificata di canali d'accesso all'esplorazione interiore. Il counsellor sperimenta e acquisisce modalità d'uso sicure di mediatori plastico-grafici (Art-Counselling, Mandala), pratiche di scrittura riflessiva e visualizzazioni psicosomatiche, utili a facilitare l'espressione di vissuti profondi o non-verbali del cliente, sbloccando le fasi di rigidità comunicativa.

PARAGRAFO 3a: RICADUTA SULLA PRATICA PROFESSIONALE

Competenze trasferibili nella pratica

- Facilitazione della comunicazione profonda basata sui criteri fenomenologici dell'ACP;
- Utilizzo e inserimento consapevole di stimoli analogici ed espressivi nella consulenza individuale o di gruppo;
- Conduzione e gestione di pratiche corporee di centratura, sintonizzazione del respiro e rilassamento somatico.

Applicazioni nel setting professionale

- Conduzione e facilitazione di cerchi di parola e gruppi di counselling a mediazione artistico-espressiva;
- Introduzione di brevi sessioni di ancoraggio e presenza psicofisica all'inizio dei colloqui professionali;
- Integrazione di metodologie analogiche per agevolare l'autorivelazione e l'esplorazione emotiva del cliente.

Cambiamenti operativi attesi

- Passaggio da una conduzione rigida o puramente cognitiva del colloquio a una gestione fluida, flessibile e integrata dei canali comunicativi;
- Maggiore accuratezza e fluidità nella definizione e nel mantenimento dei confini professionali e del patto di consulenza;
- Riduzione dell'automatismo interpretativo a favore di un atteggiamento di ricezione e rispecchiamento.

PARAGRAFO 3a: RICADUTA SULLA PRATICA PROFESSIONALE

Benefici attesi per counsellor e clienti

Per il counsellor: Potenziamento del senso di autoefficacia e flessibilità d'aula o di studio; profondo rinnovamento personale e metodologico;

Per il cliente: Fruizione di uno spazio relazionale ad altissima accoglienza ed empatia, privo di valutazioni diagnostiche, idoneo a liberare le risorse interne della tendenza attualizzante e a promuovere l'autodeterminazione.

PARAGRAFO 4: OBIETTIVI DIDATTICI (COMPETENZE IN USCITA)

Obiettivo Generale del Corso:

Sviluppare, consolidare e integrare le competenze teorico-pratiche dell'Approccio Centrato sulla Persona con metodologie esperienziali, corporee e analogiche, potenziando la qualità della presenza e della risposta empatica all'interno della relazione d'aiuto professionale e/o interpersonale.

Obiettivi Specifici (Competenze pratiche/professionali che l'allievo acquisirà):

- 1. Auto-osservazione e Sospensione del Giudizio:** Identificare e disattivare i propri automatismi valutativi interni ed esterni, garantendo la cura e l'applicazione autentica dell'accettazione incondizionata nel setting comunicativo.
- 2. Sintonizzazione ed Empatia Somato-Emotiva:** Saper strutturare la relazione d'aiuto integrando l'ascolto profondo con i canali corporei e i mediatori espressivi, espandendo l'alfabetizzazione del sentire emotivo nel Qui ed Ora.
- 3. Preservazione dei Confini e Facilitazione Sistemica:** Padroneggiare la corretta modulazione delle distanze e dei confini relazionali, integrando le risorse transpersonali del "lasciar andare" e della riconciliazione sistemica per sostenere l'autonomia del cliente.

PARAGRAFO 5: CONTENUTI E ARTICOLAZIONE DEL PROGRAMMA (vd. Allegato 1)

Modulo / Giornata	Macro-argomenti Trattati
Modulo 1 – n. 1 giornata totale ore: 6 di cui: 1° Modulo – Ottobre (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 45 min (00:45 0,75 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 100 min (01:40 1,67 h)	I Fondamenti dell'ACP - Presentazione del percorso annuale e patto d'aula. - Meditazione creativa d'apertura: <i>"Il Sole - Come mi sento?"</i> (fenomenologia del presente). - Focus teorico: Carl Rogers e l'Approccio Centrato sulla Persona (I three pilastri). - Strumento scritto: Questionario Introspettivo e di auto-valutazione applicata. - Esercitazione: Meditazione di coppia strutturata con scambi e condivisione d'esperienza. - Gruppo di counselling finale sul tema: "IL GIUDIZIO" e chiusura lavori.
2° Modulo – Novembre (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h)	La Dimensione Transpersonale e l'Accettazione - Meditazione creativa d'apertura: <i>"La rosa - Come mi sento?"</i>. - Focus teorico: La natura transpersonale dell'uomo nelle diverse culture e nei modelli della scienza contemporanea; condivisione teorica. - Art-counseling pratico: <i>"Chi sono oggi" – "Come mi vedo domani"</i> ed elaborazione analogica. - Pratica esperienziale corporea: <i>"Esplorazione al buio"</i> (fiducia, affidamento ed accoglienza). - Gruppo di counselling finale sul tema: "ACCETTAZIONE INCONDIZIONATA" e chiusura lavori.

PARAGRAFO 5: CONTENUTI E ARTICOLAZIONE DEL PROGRAMMA (vd. Allegato 1)

3° Modulo – Dicembre (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h)	I Confini Relazionali e Autenticità - Meditazione creativa d'apertura: <i>"L'albero - Come mi sento?"</i>. - Focus teorico: I tre pilastri ACP rintracciati nelle diverse tradizioni spirituali e antropologiche. - Art-counseling pratico: Creazione ed uso del <i>"Mandala: io nelle relazioni"</i> con condivisione di gruppo. - Pratica esperienziale e psicomotoria: <i>"La danza dei confini"</i> (esplorazione cinestesica delle distanze e del contatto relazionale). - Gruppo di counselling finale sul tema: "CONFINI E AUTENTICITA'" e chiusura lavori.
4° Modulo – Gennaio (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h)	L'Empatia Profonda e lo Stato di Presenza - Meditazione creativa d'apertura: <i>"Il Giardino - Come mi sento?"</i>. - Focus teorico: I costrutti scientifici ed esistenziali di Empatia e Ascolto Profondo nella relazione d'aiuto. - Pratica corporea a coppie: <i>"Sintonizzazione del Respiro"</i> e condivisione fenomenologica. - Art-counseling pratico: <i>"Paesaggi interiori"</i> con lettura espressiva guidata in coppia. - Gruppo di counselling finale sul tema: "L'EMPATIA NELLA NOSTRA VITA" e chiusura lavori.
5° Modulo – Febbraio (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 	L'Intelligenza Emotiva - Meditazione creativa d'apertura: <i>"Qui ed Ora - Come mi sento?"</i>. - Focus teorico: L'Intelligenza Emotiva e

PARAGRAFO 5: CONTENUTI E ARTICOLAZIONE DEL PROGRAMMA (vd. Allegato 1)

0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h)	l'alfabetizzazione del sentire relazionale. - Lavoro cooperativo in sottogruppi: <i>"Trova le emozioni"</i> (ampliamento lessicale e semantico degli stati interni) e restituzione. - Esercizio esperienziale corporeo a coppie: <i>"Specchio Riflesso"</i> (rispecchiamento mimico, posturale e somatico). - Gruppo di counselling finale sul tema: "COME VIVO LE MIE EMOZIONI" e chiusura lavori.
6° Modulo – Marzo (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h)	La Spinta Evolutiva e l'Autorealizzazione - Meditazione creativa d'apertura: <i>"Fiori di Loto - Come mi sento?"</i>. - Focus teorico: La Tendenza Attualizzante e l'Autorealizzazione. - Strumento scritto analitico: <i>"I miei talenti"</i> e successiva condivisione e rielaborazione emotiva a coppie. - Pratica corporea: Meditazione di coppia profonda con scambi e condivisione a specchio. - Gruppo di counselling finale sul tema: "AUTOREALIZZAZIONE: DOVE SONO?" e chiusura lavori.
7° Modulo – Aprile (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h)	Il Sistema Familiare - Meditazione creativa d'apertura: <i>"Le Stelle - Come mi sento?"</i>. - Focus teorico: Il Sistema Familiare e le leggi sistemiche relazionali (Gli Ordini dell'Amore). - Art-counseling sistemico-proiettivo: <i>"Io nel mio sistema familiare oggi"</i> con condivisione ed elaborazione a coppie. - Pratica di profonda visualizzazione guidata: <i>"Il Sostegno Invisibile: Radicamento e Riconciliazione con le Linee Ancestrali"</i>. - Gruppo di counselling finale sul tema: "LA

PARAGRAFO 5: CONTENUTI E ARTICOLAZIONE DEL PROGRAMMA (vd. Allegato 1)

• Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h) Rielaborazione guidata: 1,25 ore	FAMIGLIA FACILITANTE" e chiusura lavori.
8° Modulo – Maggio (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 40 min (00:40 0,67 h) • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 215 min (03:35 3,58 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 105 min (01:45 1,75 h)	Le Risorse dell'Integrazione: Per-dono e Gratitude - Meditazione creativa d'apertura: <i>"La Torre - Come mi sento?"</i> (stabilità e asse verticale). - Focus teorico: I costrutti esistenziali del Per-dono e della Gratitude come risorse attive di salute relazionale. - Strumento di scrittura espressiva: <i>"Per-dono e gratitudine nella mia vita"</i> con condivisione di coppia. - Pratica corporea transpersonale: <i>"Meditazione Namasté"</i> ed elaborazione a specchio. - Gruppo di counselling finale sul tema: "LASCIAR ANDARE" e chiusura lavori.
9° Modulo – Giugno (Totale: 6h 00m / 360 min) • Teoria: 0 min • Esercitazione (incl. gruppo di counselling): 235 min (03:55 3,92 h) • Rielaborazione guidata (condivisione): 125 min (02:05 2,08 h)	La Raccolta dei Frutti e il Rituale di Chiusura - Meditazione creativa d'apertura: <i>"Il Sole - Come mi sento?"</i> (coronamento dell'anno). - Attivazione culturale e condivisione transpersonale: <i>"Letture personali"</i> (ciascun partecipante porta e legge un breve testo significativo). - Strumento proiettivo scritto: <i>"Scrivo una lettera a me stesso"</i> e condivisione in cerchio. - Visualizzazione psicosomatica guidata di ancoraggio: <i>"Il Giardino Interiore"</i> e lavoro a coppie. - Gruppo di counselling finale ed esteso sul tema: "COSA HA SIGNIFICATO PER ME QUESTO ANNO INSIEME E COSA MI PORTO A CASA" e fine lavori.

PARAGRAFO 6: METODOLOGIA DIDATTICA E ATTIVITÀ PRATICHE

Ripartizione ore per metodologia:

Totale ore: 54 di cui:

- Teoria / Parte informativa: 5,25 ore
- Esercitazioni e simulate: 32,35 ore
- Analisi di casi professionali: 0 ore
- Rielaborazione guidata: 16,00 ore

Descrizione sintetica delle modalità di esercitazione e rielaborazione utilizzate:

Il modello formativo adotta una metodologia interamente esperienziale e trasversale fondata sull'approccio fenomenologico integrato dell'ACP. Ogni giornata formativa è rigidamente scandita in cicli vitali dell'aula per ottimizzare l'apprendimento e preservare le energie psicofisiche del gruppo misto. L'avvio del mattino è affidato alla meditazione creativa per facilitare la centratura e la presenza mentale (Qui ed Ora) sul tema del modulo. La formazione fa ampio e sistematico ricorso a mediatori artistici e analogici (creazione di Mandala, produzioni grafico-plastiche, scrittura espressiva e proiettiva) e ad attività corporee, bioenergetiche e psicomotorie (esplorazioni cinestesiche nello spazio, sintonizzazione del respiro a coppie, rispecchiamento corporeo nello specchio) mirate a sollecitare l'intuito, l'intelligenza somatica e il canale somato-emozionale prima del focus teorico e informativo. Ciascun modulo si chiude inderogabilmente con il Gruppo di Counselling in cerchio: uno spazio protetto di un'ora e quarantacinque minuti in cui i formatori guidano la rielaborazione e l'integrazione a livello emotivo, esistenziale, personale e professionale di quanto esperito durante la giornata, configurandosi come strumento core diretto della relazione d'aiuto.

PARAGRAFO 7: CRITERI DI VERIFICA E VALUTAZIONE

Modalità previste per la convalida dei crediti formativi per singola giornata:

In linea con la natura dei percorsi di aggiornamento permanente e nel rispetto dei principi metodologici dell'Approccio Centrato sulla Persona (ACP), la verifica non prevede l'espressione di giudizi di merito o valutazioni sulla qualità relazionale dei partecipanti. La convalida dei crediti è legata all'esperienza vissuta e alla partecipazione attiva.

1. Requisito di Presenza (per singolo modulo):

PARAGRAFO 7: CRITERI DI VERIFICA E VALUTAZIONE

- Per l'attribuzione dei **7 crediti formativi (CF)** relativi alla singola giornata, è richiesta la presenza effettiva al **100% delle ore del modulo** (7 ore nette, escluse le pause). Non sono ammesse frazioni di orario per l'ottenimento dei crediti della singola giornata.

2. Modalità di Convalida in Itinere (Coinvolgimento Esperienziale):

- **Partecipazione Attiva:** La convalida dei crediti è subordinata al coinvolgimento del partecipante nelle esercitazioni pratiche, nelle attivazioni corporee e nell'uso dei mediatori espressivi proposti durante la giornata.

- **Co-costruzione nel Gruppo di Counselling:** Il momento finale di rielaborazione guidata (1,75 ore) non costituisce un momento d'esame, ma uno spazio di condivisione e risonanza in cui la presenza e l'autorivelazione del partecipante attestano l'integrazione personale e professionale del tema trattato.

3. Processo di Autovalutazione e Rilascio Attestati:

- **Autovalutazione del professionista:** Al termine della giornata, l'elaborazione dell'esperienza nel cerchio finale permette a ciascun professionista di monitorare autonomamente l'impatto del laboratorio sulla propria consapevolezza e sul proprio stile relazionale.

- **Rilascio dell'Attestato:** A seguito della verifica delle ore di presenza e della partecipazione alle attività, viene rilasciato un attestato di frequenza specifico per ogni singola giornata (es. *"Attestato di frequenza - Laboratorio di Pratiche di Consapevolezza - Modulo X - 7 crediti formativi Core"*).

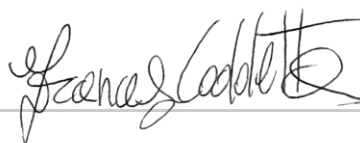
Data di consegna alla Direzione:

01/09/2026

Firma del Formatore:



Firma del Direttore I3C:



(NB: L'invio del programma deve avvenire almeno 30 giorni prima dell'avvio del percorso. La comunicazione di attivazione deve essere trasmessa entro il giorno successivo all'avvio.)

Segue Allegato 1 – Programma Didattico

Allegato 1

PROGRAMMA DIDATTICO

LABORATORIO: PRATICHE DI CONSAPEVOLEZZA

1° Modulo – Ottobre

10:30 – 11:45	Presentazione percorso – Presentazioni – Meditazione creativa <i>“Il Sole”</i> – Come mi sento?
11:45 – 12:00	Pausa
12:00 – 13:30	<i>“Carl Rogers e l'approccio centrato sulla persona (i tre pilastri)”</i> – Questionario Introspettivo <i>“Come agisco i tre pilastri nella mia vita”</i> – Condivisione
13:30 – 14:30	Pranzo al sacco
14:30 – 15:30	Meditazione di coppia con scambi e condivisione
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“IL GIUDIZIO”</i> e fine lavori

2° Modulo - Novembre

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“La rosa”</i> - Come mi sento?
---------------	--

11:00 – 12:00	<i>“Natura transpersonale dell'uomo nelle diverse culture e nella scienza” – condivisione</i>
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Art counselling: <i>“Chi sono oggi” – “Come mi vedo domani”</i> - condivisione
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Pratica esperienziale <i>“Esplorazione al buio”</i> e condivisione
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“ACCETTAZIONE INCONDIZIONATA”</i> e fine lavori

3° Modulo - Dicembre

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“L'albero”</i> - Come mi sento?
11:00 – 12:00	<i>“I tre pilastri ACP nelle diverse tradizioni spirituali”</i> - condivisione
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Art counselling: <i>“Mandala: io nelle relazioni”</i> - condivisione
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Pratica esperienziale <i>“La danza dei confini”</i> e condivisione
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“CONFINI E AUTENTICITA”</i> e fine lavori

4° Modulo - Gennaio

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“Il Giardino”</i> - Come mi sento?
11:00 – 12:00	<i>“Empatia e Ascolto Profondo”</i> - condivisione
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Pratica di coppia <i>“Sintonizzazione del Respiro”</i> - condivisione
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Art counselling: <i>“Paesaggi interiori”</i> con lettura in coppia e condivisione
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“L'EMPATIA NELLA NOSTRA VITA”</i> e fine lavori

5° Modulo – Febbraio

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“Qui ed Ora”</i> - Come mi sento?
---------------	---

11:00 – 12:00	<i>“Intelligenza Emotiva”</i> - condivisione
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Lavoro a gruppi: <i>“trova le emozioni”</i> – condivisione di gruppo
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Esercizio esperienziale a coppie <i>“Specchio Riflesso”</i> e condivisione di gruppo
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“IO E LE MIE EMOZIONI”</i> e fine lavori

6° Modulo - Marzo

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“Fiori di Loto”</i> - Come mi sento?
11:00 – 12:00	<i>“Tendenza attualizzante e Autorealizzazione”</i> - condivisione
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Riflessione scritta: <i>“I miei talenti”</i> - condivisione di coppia
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Meditazione di coppia con scambi e condivisione
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“AUTOREALIZZAZIONE: DOVE SONO?”</i> e fine lavori

7° Modulo - Aprile

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“Le Stelle”</i> - Come mi sento?
11:00 – 12:00	<i>“Il Sistema Familiare e gli Ordini Dell’Amore”</i> - condivisione
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Art counselling: <i>“Io nel mio sistema familiare oggi”</i> – condivisione di coppia
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Meditazione <i>“Il Sostegno Invisibile: Radicamento e Riconciliazione con le Linee Ancestrali”</i>
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“LA FAMIGLIA FACILITANTE”</i> e fine lavori

8° Modulo - Maggio

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“La Torre”</i> - Come mi sento?
11:00 – 12:00	<i>“Per-dono e Gratitudine come risorse”</i> - condivisione

12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Riflessione scritta su <i>“Per-dono e gratitudine nella mia vita”</i> – condivisione di coppia
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco o libero
14:30 – 15:30	Meditazione <i>“Namasté”</i> e <i>condivisione di coppia</i>
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“LASCIAR ANDARE”</i> e fine lavori

9° Modulo - Giugno

10:30 – 11:00	Meditazione creativa <i>“Il Sole”</i> - Come mi sento?
11:00 – 12:00	Lecture personali e condivisione (ognuno porta una breve lettura su qualcosa che ha il piacere di condividere)
12:00 – 12:15	Pausa
12:15 – 13:15	Riflessione <i>“Scrivo una lettera a me stesso”</i> – condivisione di gruppo
13:15 – 14:30	Pranzo al sacco
14:30 – 15:30	Meditazione <i>“Il Giardino Interiore”</i> e <i>condivisione di coppia</i>
15:30 – 15:45	Pausa
15:45 – 17:30	Gruppo di counselling sul tema <i>“COSA HA SIGNIFICATO PER ME QUESTO ANNO INSIEME E COSA MI PORTO A CASA”</i> e fine lavori