



Società Infermieri Area Nefrologica

Sede legale: Via Montanara,8/3-40055 Castenaso, Bologna

Codice fiscale 10499330156 Partita IVA 10499330156

www.sianitalia.it - info@sianitalia.it

Imparo ad aiutarmi per essere la mia base sicura Come gestire le situazioni difficili

***1° webinar: 24 maggio 2021
dalle ore 16.00 alle ore 18.30***

***2° webinar: 31 maggio 2021
dalle ore 16.00 alle ore 18.30***

Docente

Luisa Giovannini

Infermiera Area Nefrologica

Counselor Psico Corporeo Relazionale- Gruppo Counseling Sian



Presentazione del corso

Il gruppo di lavoro di Counseling, in attesa di tornare agli incontri in presenza, prosegue con le sue iniziative on line, per aiutare i soci SIAN a gestire le difficoltà, e recuperare la serenità nella vita professionale e personale in questo particolare momento, attraverso percorsi di consapevolezza e crescita personale sia teorici che esperienziali.

Finalità

- Dare strumenti per sperimentare quel «come» imparare ad aiutarsi, quando fuori vi è molta insicurezza e instabilità, trovare in sé stessi un punto fermo per poter proseguire nella propria vita con un atteggiamento proattivo ed andare verso il proprio benessere.
- Attivare consapevolezza in ogni partecipante di come soggettivamente sta vivendo questo periodo di pandemia, attraverso l'ascolto di sé, dei propri pensieri, del corpo e delle emozioni.
- Attivare un autoascolto attraverso un dialogo interiore efficace per essere in grado di tendere, scaricare, e riequilibrare l'energia psichica, emotiva e corporea. Strumenti che il partecipante può introdurre nel suo quotidiano sia come "pronto soccorso", che a scopo propedeutico.
- Favorire, per chi lo desidera, la condivisione, il movimento dei contenuti dall'intrapersonale all'intragruppale, e momenti di ascolto "dell'altro", in un clima accogliente.

A chi è rivolto

- Infermieri e coordinatori infermieristici

Modalità

Percorso di due incontri proposti ad una settimana l'uno dall'altro.

Il corso si terrà con un minimo di 15 iscritti ed un massimo di 20, al di sotto di 15 persone il corso viene annullato.

PROGRAMMA 1° incontro

Focus sulle risorse interne innate ed acquisite.

Complessità del contesto, le situazioni di stress e distress, come riconoscerle, ripercussioni emozionali, fisiche, cognitive e comportamentali.

Prendersi cura di sé come scelta per affrontare la complessità esterna, trovare la stabilità interiore, sperimentare autoefficacia.

Approccio psico corporeo relazionale

Lavoro esperienziale di autoascolto

Condivisione

PROGRAMMA 2° incontro

Ripresa dei concetti principali affrontati nel primo incontro, spazio per domande e riflessioni

Lavoro esperienziale di auto ascolto e riequilibrio energetico

Le risorse personali come strumenti che attivano benessere

Le aree funzionali

Il linguaggio interno efficace

Il potere delle immagini

Condivisione

INFORMAZIONI

L'evento è gratuito per i soci ordinari SIAN.

La quota annuale di iscrizione come socio ordinario SIAN è valida dal 1° gennaio al 31 dicembre al costo di € 35,00. Per iscriversi a SIAN:

www.sianitalia.it

Per i non soci SIAN è necessario scegliere la quota di preferenza:

€ 20,00 (per singolo evento formativo)

€ 30,00 (annuale)

Modalità di partecipazione:

Per iscriversi è necessario compilare la scheda di iscrizione collegandosi al

sito: <https://adarteventi.com/siancounseling24maggio>

Segreteria Organizzativa

AdArte
E V E N T I

B Bologna
Convention
Bureau



sian@adarteventi.com | www.adarteventi.com



Phone 342 1332521 | 370 3090831