

LA RELAZIONE D'AUTO

Obiettivi e contenuti

Nella relazione interpersonale, l'incontro con l'altro deve essere costruito e sostenuto nel tempo attraverso un legame di fiducia tra i soggetti della relazione. Il laboratorio sulla relazione d'aiuto proposto dal Centro servizi mira ad attivare uno spazio di riflessione e consapevolezza per coloro che sono impegnati in una relazione di aiuto.

Metodologia

Counseling a Mediazione Corporea Teatrale - Approccio esperienziale.

Il Counseling a Mediazione Corporea Teatrale è un metodo di lavoro che pone al centro l'esperienza diretta come via di apprendimento.

A differenza di un approccio esclusivamente teorico, il metodo propone di apprendere attraverso il fare: la persona è invitata a sperimentare concretamente, nel qui ed ora, pratiche esperienziali, azioni guidate e simulazioni, per poi riflettere su quanto emerso e trarne consapevolezza spendibile.

La metodologia si articola su tre mediatori integrati:

Il corpo: pratiche che favoriscono la presenza, l'ascolto di sé e l'autoregolazione.

Il teatro: esercizi che permettono di esplorare in forma pratica modalità relazionali, ruoli e dinamiche comunicative.

La parola e il confronto: momenti di rielaborazione verbale e scritta che consentono di dare forma e significato all'esperienza vissuta.

Nel volontariato le competenze relazionali non si acquisiscono solo con la teoria, ma si allenano sul campo.

L'approccio esperienziale consente di:

- sperimentare in un contesto protetto abilità utili alla relazione d'aiuto, quali l'ascolto attivo, la comunicazione chiara e la cooperazione;
- sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio modo di stare in relazione e del proprio stile comunicativo;
- acquisire strumenti pratici e replicabili per la gestione dello stress e del carico emotivo connesso all'attività di volontariato;
- rafforzare il lavoro di gruppo attraverso pratiche condivise che valorizzano il confronto e il sostegno reciproco.

Tempi e luogo di svolgimento

L'attività si svolgerà in presenza a settembre venerdì 18 dalle ore 15.00 alle ore 19.00 e sabato 19 dalle ore 9.00 alle ore 13.00, presso la sede del CSV dei Due Mari, a Reggio Calabria.

Partecipanti

Il laboratorio è rivolto a massimo 15 volontarie/i di Enti di Terzo Settore della Città Metropolitana di Reggio Calabria.

Docente

Irene Polimeni, professional counselor a mediazione corporea/teatrale ed operatrice pedagogica teatrale.

Termini e modalità di iscrizione

Per iscriversi è disponibile apposito modulo al link: <https://forms.gle/uW1qvuQiRRfyChQY8>

Le richieste vanno inviate entro domenica 13 settembre pv e saranno trattate in ordine cronologico di arrivo. Nel caso di richieste da parte di volontari appartenenti allo stesso ETS, per garantire l'accessibilità al maggior numero di enti, verrà presa in considerazione solo la prima pervenuta, mentre le successive saranno ammesse, in caso di posti ancora disponibili, a chiusura delle iscrizioni.

Segreteria organizzativa e info

Centro Servizi per il Volontariato dei Due Mari - ETS

Via Alfonso Frangipane III Traversa Privata n. 20 89129 Reggio Calabria

Tel.+39 0965 324734 Mobile +39 392 943 58888 e-mail info@csvrc.it

Lunedì, martedì, giovedì e venerdì ore 9:00/12:00 e 15:30/18:30