

CORSO | LABORATORIO



**ASSOCIAZIONE  
CENTRO LA FAMIGLIA**  
Associazione di Promozione Sociale - Ente del Terzo Settore

# la resilienza

2020

05 maggio  
12 maggio  
19 maggio  
26 maggio  
09 giugno

5  
incontri

**m a r t e d ì** dalle 16:00 alle 19:15



la **r e s i l i e n z a**  
è la capacità  
di **f r o n t e g g i a r e**  
le difficoltà, le pressioni  
e lo stress e di  
**t r a s f o r m a r e**  
i momenti di crisi  
in **o p p o r t u n i t à**  
di **c r e s c i t a**



**Centro La Famiglia**  
Associazione di Promozione Sociale  
Ente del Terzo Settore  
Via della Pigna 13/a - 00186 Roma  
tel-fax: 06.6789-407



**Consultorio familiare  
socio-educativo**  
Associato U.C.I.P.E.M.  
[www.centrolafamiglia.org](http://www.centrolafamiglia.org)  
[info@centrolafamiglia.it](mailto:info@centrolafamiglia.it)



**S.I.CO.F.**  
Scuola Italiana Consulenti Familiari  
Riconosciuta A.I.C.C.e F  
[www.scuolaconsulentifamiliari.it](http://www.scuolaconsulentifamiliari.it)  
[info@scuolaconsulentifamiliari.it](mailto:info@scuolaconsulentifamiliari.it)

## PRESENTAZIONE

La resilienza è la capacità di fronteggiare le difficoltà, di assumere un atteggiamento ottimistico di fronte alla vita e accogliere i momenti di crisi come delle opportunità di crescita.

Tale atteggiamento, pur essendo innato, può essere bloccato o sviluppato.

Il ciclo di seminari si propone di lavorare su di sé per riappropriarsi della propria resilienza a livello cognitivo, con una corretta auto-osservazione e con l'analisi di come essa si è andata nascondendo o manifestando nel corso della propria vita.

## MODALITÀ

Il laboratorio alternerà momenti di spiegazione teorica per approfondire l'argomento proposto, accompagnati da esercizi di autoconoscenza in relazione alla propria resilienza.

## CONDUTTRICE

Animerà il Corso/laboratorio la dr.ssa **Marzia Pileri**, guida di Meditazione Profonda e Autoconoscenza, Psicoterapeuta di Training Autogeno e Psicoterapie Brevi Autogene, Consulente Familiare ed autrice del libro "L'universo dei sogni" (ed. Paoline).

## SVOLGIMENTO

Questa riscoperta porterà ad una maggiore creatività e positività di fronte agli ostacoli e alle sofferenze che la vita inevitabilmente reca con sé.

La resilienza è un atteggiamento psicologico e spirituale di:

- auto-guarigione;
- continuo sviluppo di consapevolezza;
- flessibilità;
- creativo adattamento ai continui cambiamenti che la vita ci pone.

Molte persone hanno sviluppato la resilienza e sono diventate testimonianze viventi per gli altri.

## ISCRIZIONE

Il costo è di € 100 per il corso + € 30 di quota associativa a persona.

A seguito della iscrizione presso la Segreteria del Centro, la quota di iscrizione e quella associativa, devono essere versate sul Conto Corrente Postale n. **57369001**, intestato a "Centro la Famiglia", o con bonifico bancario sul conto IBAN:

**IT 10 N 0760 1032 0000 00573 69001** indicando distintamente nella causale: "Cod. 16.20" insieme al nominativo del partecipante ed inviando copia della ricevuta di versamento per email a:

[info@centrolafamiglia.org](mailto:info@centrolafamiglia.org)

## A CHI È RIVOLTO

La partecipazione è aperta a tutti.

In caso di rinuncia al corso per cause di forza maggiore, è riconosciuto il rimborso della quota di partecipazione con una trattenuta pari al 10% a titolo di spese di segreteria. La rinuncia deve essere comunicata alla segreteria almeno tre giorni prima del primo incontro.

## RICONOSCIMENTO A.I.C.C.e F.



Sarà richiesto all'A.I.C.C.e F. il patrocinio ed il riconoscimento dei Crediti Formativi Professionali (CFP) per i Soci ordinari e di ore ai fini del Tirocinio post diploma di Consulente Familiare.

Il Centro La Famiglia svolge da più di cinquant'anni un'attività qualificata aperta a tutti, persegue le finalità di consulenza, di promozione umana e di aiuto, anche negli aspetti di informazione, prevenzione, educazione e formazione. Esplica la propria attività attraverso il contributo di professionisti preparati e di grande esperienza nel campo delle relazioni umane e familiari.

