



Associazione  
Centro La Famiglia

alla ricerca della nostra  
**essenza**

*“...perché ho bisogno della tua presenza  
per capire meglio la mia essenza”*

**4 incontri**  
di  
dalle 9:30 alle 17:00  
il sabato  
2022  
2023



di  
**Daniela Campana**  
e  
**Alessandra Bialetti**

Alessandra Bialetti Daniela Campana



**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**  
Associazione U.C.I.P.E.M.  
www.centrolafamiglia.org  
info@centrolafamiglia.it



**SICO F**  
Scuola Italiana Consulenti Coppie e Famiglia  
Ricerca della S.I.C.C.a.F.  
www.scuolaconsulentifamiliari.it  
info@scuolaconsulentifamiliari.it

## FINALITA' DEL PERCORSO

L'intento degli incontri è di cercare insieme il sentiero che conduce a noi, a ciò che costituisce il nostro nucleo essenziale, dal quale farci guidare per compiere scelte e azioni sempre più consapevoli.

È uno stimolo a ripensare la vita come un movimento continuo di rinnovamento nel rispetto di ciò che siamo.

Ogni persona è portatrice di un'unicità, di qualcosa di personale e particolare che possiamo definire "Essenza" e che, se non viene cercata, individuata e vissuta, impedisce di compiere pienamente e al meglio il proprio cammino. Portare alla luce quello che di unico esiste in ciascuno diventa allora prioritario nelle relazioni, nel vivere quotidiano e nella creazione di progetti.

Il percorso è **aperto a tutti**.

Animeranno il seminario la dott.ssa **Daniela Campana** e la dott.ssa **Alessandra Bialelli** Consulenti familiari.

*Al termine del Seminario sarà rilasciato un attestato di partecipazione.*

Gli incontri avranno una parte **teorica** e una **esperienziale** finalizzata all'ascolto reciproco.

Si terranno il **sabato** nei giorni indicati, presso la sede di **Via dei Prefetti 34**.

Avranno una **durata di 8 ore**.

## INCONTRI

### quattro tappe in quattro incontri

**sabato 3 dicembre 2022** - 1° incontro

#### **riconoscere**

Iniziamo a prendere confidenza con il nostro nucleo profondo, la nostra "Essenza", che rappresenta l'unicità di cui siamo portatori, cominciando a recuperare quelle parti di noi cui non abbiamo dato valore e ascolto. Tutto questo potrà generare un flusso di energia vitale che, una volta libera di scorrere, ci avvicinerà successivamente alla realizzazione dei nostri progetti.

**sabato 14 gennaio 2023** - 2° incontro

#### **accettare e accogliere**

Le convinzioni guidano l'interpretazione della realtà, influenzando i nostri comportamenti e il nostro agire. Tali credenze ci conducono spesso a ricoprire ruoli inautentici che, una volta compresi, possono essere lasciati andare per compiere un ulteriore passo verso il nostro nucleo essenziale.

**sabato 11 febbraio 2023** - 3° incontro

#### **elaborare**

Andremo alla ricerca dei progetti che più ci corrispondono, unici e specifici per ciascuno di noi, cogliendo il momento opportuno per dare inizio alla loro costruzione.

Entrando sempre più profondamente in contatto con noi stessi potremo realizzare progetti che andranno a vantaggio nostro e degli altri.

**sabato 4 marzo 2023** - 4° incontro

#### **trasformare**

Dopo aver contattato il nostro nucleo profondo, compreso i motivi del nostro agire e individuato ciò per cui ci sentiamo chiamati, lasciati andare vecchi ruoli, aspettative e credenze, saremo pronti a prendere l'iniziativa del primo passo verso il cambiamento e una vita sempre più consapevole.