

Scuola Triennale di Counseling Corporeo e Relazionale STEP

Dal coaching alla relazione d'aiuto, dal corpo alla professione.

Un percorso per imparare ad accompagnare la persona attraverso ascolto, presenza,
corpo, emozioni e consapevolezza.





IL SENSO DEL PERCORSO

Perché questo percorso?

Il counseling è una relazione d'aiuto che accompagna la persona a fare chiarezza, riconoscere le proprie risorse e affrontare momenti di scelta, cambiamento o difficoltà. Non offre risposte preconfezionate. Crea uno spazio sicuro in cui la persona può ascoltarsi, orientarsi e ritrovare possibilità.

Aiutare non significa decidere per l'altro, ma aiutarlo a ritrovare la propria direzione.

LA VISIONE STEP

Relazione, corpo e trasformazione

Il metodo STEP integra tre dimensioni fondamentali che si intrecciano in ogni incontro professionale.

Relazione

Ascolto, empatia, accoglienza, presenza. La qualità del contatto è il primo strumento del counselor.

Corpo

Respiro, postura, emozioni, grounding, sentire. Il corpo racconta ciò che le parole a volte non riescono a dire.

Trasformazione

Risorse, scelta, motivazione, progetto, cambiamento. La relazione e il corpo aprono la strada alla possibilità.

La relazione apre lo spazio, il corpo racconta l'esperienza, la trasformazione orienta il cammino.

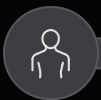
Tre anni, tre passaggi

Il programma è costruito come un cammino progressivo: ogni anno porta l'allievo più in profondità, dall'apprendimento relazionale alla padronanza professionale.



1° Anno — Capire la relazione

Fondamenti del counseling, ascolto attivo, comunicazione, risorse personali e cambiamento.



2° Anno — Abitare il corpo

Corpo, emozioni, respiro, bioenergetica, grounding e autoregolazione nella relazione d'aiuto.



3° Anno — Diventare professionista

Metodo, etica, pratica supervisionata, identità professionale e competenze avanzate.



PRIMO ANNO

Dal coaching al counseling

Il primo anno è il ponte tra coaching e counseling. Si parte da temi vicini al coaching: obiettivi, motivazione, piano d'azione, cambiamento e valorizzazione delle risorse. Poi lo sguardo si amplia: non si lavora solo sul risultato, ma sulla persona che vive quel risultato. Si impara a spostare l'attenzione dall'esterno all'interno, dal fare al sentire.

Dal fare al sentire. Dall'obiettivo alla persona. Dal progetto alla relazione.

Le basi della relazione d'aiuto

Cosa si studia

- Storia e fondamenti del counseling
- Comunicazione verbale e non verbale
- Ascolto attivo ed empatico
- Risorse personali e relazionali
- Motivazione e cambiamento
- Basi del colloquio professionale
- Differenze tra coaching, counseling e altre professioni d'aiuto

L'obiettivo

Imparare ad ascoltare, comprendere e orientare senza giudicare. Sviluppare una presenza autentica e una curiosità genuina verso l'esperienza dell'altro.

- ✓ Il primo anno costruisce le fondamenta: senza ascolto, non c'è relazione d'aiuto.

Le prime competenze che acquisisci

Al termine del primo anno, l'allievo ha sviluppato capacità concrete e spendibili in ogni contesto relazionale e professionale.



Ascoltare e accogliere

Creare un clima di fiducia, ascoltare senza giudicare, riformulare con precisione ed empatia.



Orientare senza sostituirsi

Riconoscere bisogni e risorse, aiutare a chiarire uno scopo e costruire un primo piano d'azione.



Rispettare i confini del ruolo

Distinguere coaching e counseling, conoscere i limiti del proprio intervento e agire con consapevolezza professionale.

Il primo passo è imparare a stare davvero nella relazione.

SECONDO ANNO

Il corpo nella relazione d'aiuto

Il secondo anno entra nel cuore del counseling corporeo e relazionale. Il corpo non è visto come un semplice supporto della parola, ma come un linguaggio vivo: racconta emozioni, tensioni, difese, bisogni, risorse e possibilità. L'allievo impara a osservare, sentire e lavorare con la dimensione corporea in modo graduale e rispettoso.

Il corpo non accompagna il percorso: il corpo è parte del percorso.




Corpo, emozioni e consapevolezza

Cosa si studia

- Counseling a mediazione corporea
- Bioenergetica
- Respiro e grounding
- Postura ed espressione corporea
- Emozioni primarie e secondarie
- Training autogeno e mentale
- Training cognitivo
- Autoregolazione
- Classi di esercizi corporei

L'obiettivo

Integrare parola, corpo, emozione, pensiero e relazione in un'unica presenza consapevole. Imparare che il colloquio si vive anche nel respiro, nella postura, nel silenzio.

 Il corpo diventa uno strumento professionale: va conosciuto, rispettato e utilizzato con competenza.

Ascoltare con il corpo

Al termine del secondo anno l'allievo ha sviluppato un ascolto più ampio, che include il corpo come canale privilegiato di contatto e comprensione.

Osservare

Riconoscere il corpo come linguaggio della persona. Osservare respiro, postura e movimento con attenzione non giudicante.

Radicarsi

Integrare il grounding nel colloquio. Favorire la presenza e l'autoregolazione in sé stessi e nell'altro.

Lavorare

Usare visualizzazione, rilassamento e semplici esperienze corporee in modo graduale, sicuro e consapevole.

Non si tratta solo di parlare del corpo, ma di imparare ad ascoltare con il corpo.



TERZO ANNO

Diventare counselor

Il terzo anno consolida l'identità professionale. L'allievo integra ascolto, corpo, emozioni, narrazione, etica, confini professionali e pratica supervisionata. Non si tratta solo di acquisire nuove tecniche, ma di far diventare il metodo una presenza autentica, responsabile e competente. È l'anno in cui la formazione diventa professione.

Diventare counselor significa integrare metodo, presenza e responsabilità.

Metodo, etica e professione

01

Approfondimento clinico e narrativo

Counseling rogersiano avanzato, sogni, simboli e corpo, storytelling e narrazione autobiografica.

03

Etica e identità professionale

Confini professionali, etica, deontologia, marketing relazionale e costruzione della propria identità di counselor.

02

Basi scientifiche

Neuroscienze mentali e comportamentali, elementi di psicopatologia per riconoscere i limiti del ruolo.

04

Pratica e supervisione

Supervisione dei colloqui, pratica guidata e sviluppo della capacità di accompagnare con competenza e sensibilità.

La pratica professionale

Al termine del terzo anno l'allievo è in grado di esercitare la professione di counselor con piena consapevolezza metodologica ed etica.



Condurre un percorso completo

Aprire, sviluppare e chiudere un percorso di counseling integrando ascolto verbale, corporeo, emotivo e narrativo.



Operare con responsabilità

Rispettare etica, confini e deontologia.
Riconoscere quando inviare la persona ad altri professionisti.



Presentarsi come professionista

Costruire e comunicare la propria identità professionale con chiarezza, autenticità e competenza.

Un buon counselor sa accompagnare, ma sa anche riconoscere il limite del proprio intervento.

Non solo teoria: esperienza

Il percorso STEP alterna momenti teorici, pratici ed esperienziali. Non si impara il counseling solo studiandolo: si impara attraversando la relazione.

Teoria

Lezioni frontali, letture guidate, approfondimenti su metodo, neuroscienze, etica e fondamenti del counseling.

Pratica

Esercizi individuali, lavori in coppia, triadi di apprendimento, role-playing e supervisione dei colloqui.

Esperienza

Classi corporee, visualizzazioni, scrittura e narrazione autobiografica, condivisioni di gruppo e riflessione personale.

Non si impara counseling solo studiandolo: si impara attraversando la relazione.

UN CAMMINO CHE TRASFORMA

Dal corpo alla parola, dalla relazione alla professione

La Scuola Triennale di Counseling Corporeo e Relazionale STEP accompagna l'allievo in un percorso progressivo e autentico:

1

Capire la relazione

Ascolto, empatia, fondamenti.

2

Abitare il corpo

Emozioni, respiro, presenza.

3

Diventare professionista

Metodo, etica, identità.

Dal corpo alla parola. Dalla relazione alla consapevolezza. Dalla formazione alla professione.

