ACoFE
Associazione di Counseling Fenomenologico Esistenziale

Care Socie e cari Soci,

dopo aver condiviso con voi il programma delle due giornate, desideriamo accompagnarvi alla scoperta delle **esperienze laboratoriali che animeranno il nostro primo Convegno nazionale**, *Fenomenologia e Democrazia – Come progettare l'esistenza nella relazione di aiuto*, in programma il **7 e 8 novembre 2026 a Rimini**.

Abbiamo costruito un programma che valorizza la pluralità degli approcci, delle sensibilità e dei linguaggi presenti nella nostra comunità professionale.

Il corpo, la narrazione, la scrittura, il movimento, il teatro, l'identità professionale e la relazione saranno alcune delle strade attraverso cui esploreremo il rapporto tra libertà, responsabilità, autenticità e riconoscimento delle differenze.

Sei laboratori in sottogruppi e due esperienze in plenaria, per attraversare il tema del Convegno non soltanto attraverso la riflessione, ma soprattutto attraverso l'esperienza.

SABATO 7 NOVEMBRE

Ore 16.00 – 17.30 | Laboratori in sottogruppi

1. Espressione-Narrazione di reciproche interiorità

Conducono Ana Costantini e Maria Pia Zompa

La narrazione diventa uno strumento creativo di incontro, conoscenza di sé e trasformazione nella relazione di aiuto.

Attraverso la costruzione condivisa di storie, metafore, immagini e suggestioni, i partecipanti potranno sperimentare la reciprocità, l'ascolto e la libera espressione delle proprie interiorità.

Un'esperienza nel qui e ora, in cui corpo, emozioni e immaginazione dialogano, favorendo una relazione autentica, libera dal giudizio e dall'interpretazione.

Partecipazione a numero chiuso: massimo 20 partecipanti.

2. Le strade dell'essenziale. Cosa resta quando tutto cade

Conduce Filippo Carbonera

Un percorso esperienziale alla scoperta di ciò che sentiamo autentico ed essenziale nella nostra esistenza.

Meditazione, contemplazione, movimento e ascolto diventano strumenti per esplorare il rapporto tra consapevolezza e intenzionalità, osservazione e azione.

Attraverso pratiche ispirate alle arti marziali, alle tradizioni spirituali orientali e agli elementi naturali – fuoco, acqua, aria e terra – il laboratorio invita a riconoscere il proprio ritmo, lasciando spazio a equilibrio, presenza e libertà interiore.

3. Io Professionista, Noi Brand: trovare la propria identità nella co-creazione della rete

Conduce Patrizia D'Ottavio

Come si incontrano l'identità del singolo professionista e quella della comunità alla quale appartiene?

Attraverso un processo partecipativo di confronto e co-creazione, i counselor saranno invitati a riconoscere e valorizzare la propria unicità, contribuendo alla costruzione di un'identità associativa condivisa.

Un laboratorio dedicato ai valori, all'etica, alla missione comune e al significato dell'appartenenza professionale, nel quale le differenze individuali diventano una risorsa per la crescita dell'intera comunità.

Ore 18.00 – 19.30 | Laboratorio in plenaria

La Geometria del Noi

Conducono Roberta Gambelli, Andreina De Palma ed Elena Onel

Un laboratorio che appoggia lo sguardo sul movimento e che grazie a questa pratica trasformativa permette di abitare uno spazio dialogico democratico e fenomenologico del gruppo.

Approfondiremo e agiremo il metodo Azul come esperienza per Testimoniare e accogliere. Verso la fine del viaggio vi proporremo un'esperienza a coppie per testimoniare e accogliere la danza dell'altro.

Un viaggio per ascoltare le emozioni che si sono mosse in me, quelle che hanno ancora bisogno di spazio e la trasformazione che sto attraversando.

Metà del gruppo danzerà liberamente al centro dello spazio, mentre l'altra metà custodirà questa danza dai bordi della sala, in piedi o seduti. Chi danza potrà cercare il sostegno del proprio testimone in qualsiasi momento, semplicemente fermandosi, anche a distanza.

Con il cuore aperto e in piena presenza, il testimone saprà ascoltare la vicinanza o la distanza emotiva del partner, lasciando spazio all'intuizione e alla cura reciproca.

DOMENICA 8 NOVEMBRE

Ore 09.00 – 11.00 | Laboratorio in plenaria

Armarsi, riarmarsi, disarmarsi – Laboratorio di Teatroterapia

Conducono Francesca Cantaro e Luisa Lauretta

Che cosa significa armarsi nella relazione? Quali difese costruiamo per incontrare il mondo e quali possibilità si aprono quando possiamo disarmarci?

Attraverso la dimensione poetica e rituale dell'atto teatrale, il laboratorio propone un'esperienza di pluralità delle voci, nella quale le espressioni individuali possono incontrarsi e contribuire alla costruzione di un orizzonte corale.

Il teatro diventa così uno spazio in cui esplorare l'incontro con l'altro, il diverso e l'ignoto, dando forma a un'esperienza collettiva.

Ore 12.00 – 13.30 | Laboratori in sottogruppi

1. Scrittura espressiva e democrazia interna

Conducono Barbara Addario e Debora Del Bianco

Un invito a ritrovare la propria democrazia interna attraverso il gioco creativo con parole, immagini e colori.

A partire dalle parole scelte all'interno di una pagina scritta, ciascun partecipante potrà lasciarsi guidare dalla fantasia e dalla propria sensibilità, dando espressione al sentire del momento presente.

Da quel primo *guizzo creativo* prenderà forma un percorso condiviso di riconoscimento e co-costruzione delle proprie intenzioni.

2. Il corpo come luogo di riposo che riconosce, “ospita” e abita le differenze grazie all'intimità emozionale

Supervisione condotta da Ornella Marini

Un'esperienza di supervisione che integra l'approccio tantrico e quello fenomenologico-esistenziale, ponendo al centro il corpo come luogo di presenza, accoglienza e relazione.

Attraverso l'ascolto profondo e la consapevolezza corporea, il laboratorio invita a riconoscere le proprie risorse interiori e ad abitare il momento presente, lasciando spazio a una qualità di contatto libera dal giudizio e dall'ansia da prestazione.

Casi e tematiche personali saranno esplorati attraverso questa prospettiva esperienziale, nella quale l'intimità emozionale diventa una possibilità di incontro autentico con sé e con l'altro.

3. La Tirannia del Carattere e la Democrazia dell'Organismo Naturale

Conduce Francesco Cattafi

Gli adattamenti caratteriali nascono spesso per proteggerci, ma possono trasformarsi nel tempo in rigidità che limitano la nostra libertà espressiva.

Integrando Gestalt e Analisi Bioenergetica, il laboratorio propone un'esplorazione attraverso movimento, respiro e ascolto corporeo, per riconoscere tensioni, meccanismi di controllo ed emozioni.

Esercizi espressivi e relazionali accompagneranno i partecipanti dalla rigidità della corazza caratteriale verso una maggiore spontaneità e autoregolazione dell'organismo.

Un'esperienza di riconnessione con il corpo, con la propria vitalità e con le possibilità di una presenza più libera e autentica.

La ricchezza delle differenze

Le proposte che vi abbiamo presentato raccontano qualcosa di importante della nostra Associazione: la possibilità di abitare una stessa cornice di riferimento attraverso linguaggi, strumenti ed esperienze differenti.

È proprio in questa pluralità che desideriamo riconoscere il valore della nostra comunità professionale.

La democrazia, anche nella relazione di aiuto, prende forma quando le differenze possono esprimersi, incontrarsi e contribuire alla costruzione di qualcosa di condiviso.

Vi ricordiamo che i sei laboratori in sottogruppi si svolgeranno contemporaneamente nelle rispettive fasce orarie: sarà quindi possibile partecipare a **un laboratorio il sabato e a uno la domenica**, oltre alle due esperienze plenarie aperte a tutti i partecipanti.

Vi invitiamo a leggere le proposte e a individuare quelle che maggiormente incontrano i vostri interessi, le vostre curiosità e il vostro momento professionale.

Vi aspettiamo a Rimini per dare vita, insieme, a queste esperienze!

Un caro saluto,

Il Direttivo ACoFE