



Care socie e cari soci CoSi,

diamo insieme il benvenuto a questo nuovo anno: che possa portare a tutte e tutti serenità, pace e fiducia nel cammino.

Il 2025 è stato un anno di cambiamenti e nuove opportunità per la nostra associazione. Con gioia vediamo che, anno dopo anno, cresciamo e diventiamo sempre più visibili, contribuendo alla promozione di una professione che amiamo e in cui crediamo profondamente.

Un benvenuto speciale va ai nuovi soci: siamo felici di accogliervi e ci auguriamo che questa associazione possa diventare per voi uno spazio familiare, in cui sentirvi sostenuti e parte di una comunità.

Il nostro impegno rimane quello di diffondere la professione del counsellor, affinché sia sempre più conosciuta, apprezzata e riconosciuta nel suo valore.

Desideriamo anche che l'associazione sia un luogo di incontro e di scambio tra soci: crediamo nella forza del gruppo come risorsa di consapevolezza, crescita e ispirazione.

Le attività che proponiamo nascono proprio con questo intento: creare occasioni per incontrarci, confrontarci e nutrire la nostra pratica. Vi invitiamo a partecipare: sarà un piacere vedervi e condividere questo percorso insieme.

Novità dal comitato

Ringraziamo di cuore Francesca Gisimondo, che ha deciso di lasciare il comitato, per la sua preziosa presenza e la professionalità.

Cara Francesca, grazie di cuore per il tuo grande lavoro, la cura e la disponibilità che hai portato nell'associazione!

Francesca desidera salutare il comitato esprimendo il suo pensiero in queste righe:

"L'associazione esiste ormai da tre anni e il risultato è superiore alle mie personali aspettative. In questi anni abbiamo potuto creare un sito dove ogni counselor può presentarsi, abbiamo strutturato un'offerta di corsi e di formazioni molto variegata che risponde a un bisogno concreto.

Sono estremamente felice di questa evoluzione positiva dell'associazione, e sono convinta che crescerà ulteriormente, e la conseguenza sarà senza dubbio una maggiore visibilità e riconoscimento di questo meraviglioso strumento di sostegno. Mai come in questo periodo difficile delle nostre esistenze riveste una grande importanza poter essere portavoce di umanità e pace nei rapporti interpersonali.

Rassegno le mie dimissioni come membro del comitato con un certo rammarico, ma sono molto felice perché le colleghe in seno al comitato stanno lavorando con grande professionalità e competenza per raggiungere gli scopi dell'associazione. Ringrazio tutte le persone che ho avuto modo di conoscere ed apprezzare in questi anni di collaborazione e che mi hanno aiutato a crescere come donna e professionista."

Negli scorsi mesi abbiamo accolto per uno stage osservativo, Luana Papagno, alla quale diamo un caloroso benvenuto e uno speciale ringraziamento per essersi resa disponibile. La sua nomina sarà soggetta a votazione alla prossima assemblea.



Agenda



14 febbraio 2026
(14.00-16.30)

Webinar con Alessandra Caporale
IDENTITÀ E SKILL DEL COUNSELLOR



30 aprile 2026 (19.00)
Riviera

ASSEMBLEA ANNUALE



30 maggio 2026
Formazione in presenza con
Alessandra Caporale
PRATICA ACP



14 novembre 2026
CONVEGNO SUL COUNSELLING
COSI-SUPSI





Di Fabia Ferrari e Monica Fanani

Sono passati 2 anni dal primo brainstorming attorno all'idea di organizzare un convegno sul counselling e, con un considerevole impegno e lavoro, le idee si sono concretizzate: IL CONVEGNO SARÀ UNA REALTÀ sabato 14 novembre 2026! Abbiamo stretto una fruttuosa collaborazione con SUPSI, che mette a disposizione le sue strutture (sede supsi la Piazzetta, a Manno), la tecnologia, e la sua rete; l'obiettivo rispecchia fedelmente la mission della nostra associazione: far conoscere il counselling.

Sarà rivolto a noi counsellor, ma anche ai sanitari, gli educatori, i docenti e i genitori, e perché no?, A tutti coloro che raccolgono le sofferenze delle persone, come parrucchieri ed estetiste!

Vorremo "dimostrare scientificamente" l'efficacia del counselling, per esempio attraverso le neuroscienze, ma anche far sperimentare qualche strumento pratico. Avremo perciò 3 conferenze al mattino e 2 workshop a scelta nel pomeriggio, per concludere con una performance artistica a tema.

Questo il titolo del convegno : **L'ARTE DELLE RELAZIONI UMANE**
Neuroscienze e pratiche di counselling per favorire fiducia e coesione.

Queste le relazioni del mattino :

1. RELAZIONE D'AUTO E CERVELLO: LE NEUROSCIENZE CONFERMANO CIO' CHE IL CUORE SA, relatrice Milena Screm
2. IL BENESSERE PSICOFISICO È LEGATO A RELAZIONI AUTENTICHE, UNA COMUNICAZIONE EFFICACE E AD UNA GESTIONE EMOTIVA CONSAPEVOLE, relatore Giorgio Piccinino
3. TRA CORPO NARRANTE E MENTE SENZIENTE: IL CAMBIAMENTO INTERIORE COME RELAZIONE DI EMOZIONI E NARRAZIONI, relatrice Erica Poli

Abbiamo definito una decina di workshop, con l'aiuto dei soci, ma si possono aggiungere altre proposte: coraggio!



INIZIATIVE PASSATE

Ottobre: mese del counselling

La parola alla responsabile del progetto Jessica Bollati

Nel mese di ottobre grazie al vostro prezioso contributo abbiamo promosso la seconda edizione dell'iniziativa "ottobre: il mese del counselling", il nostro obiettivo era quello di far conoscere il counseling alla popolazione, offrendo delle attività gratuite sul territorio.

All'interno di questa iniziativa sono stati proposti due eventi, frutto della collaborazione di alcune socie che hanno potuto far sperimentare alle persone iscritte come lo strumento del counselling possa essere declinato in vari aspetti e modalità.

Nello specifico si sono tenute una mezza giornata con il focus sulla mindfulness, metodo REA, scrittura consapevole e una mezza giornata rispetto al tema della genitorialità.

Ti racconto una storia?

A cura di Zemira Montemarano

Nel corso del mese di dicembre si è svolta la seconda edizione dell'iniziativa rivolta ai residenti delle strutture per anziani.

"Dicembre: un mese amato, desiderato, sognato, magico! Per alcuni. Per altri, invece, è un mese che ha il sapore della nostalgia.

Un mese in cui le emozioni sono vissute in modo amplificato, in cui le situazioni di solitudine, malinconia e isolamento diventano più difficili da sostenere e le emozioni legate al disagio sono più faticose da gestire.

Ti racconto una storia? si rivolge agli anziani.

L'idea è di entrare in contatto con le persone interessate e offrire la nostra compagnia attraverso il racconto di una storia.

Quest'anno la proposta ha raggiunto l'obiettivo di poter offrire delle attività di qualità aperte ad un pubblico eterogeneo appoggiandosi a luoghi con visibilità come la Filanda di Mendisio e la Greenroom di Lugano.

Il comitato intende poter riproporre una terza edizione che verrà declinata secondo il gruppo di lavoro che ideerà l'evento per poter perseguire l'obiettivo di farci conoscere.

Eco-counselling con Marcella Danon

A cura di Zemira Montemarano

Il 22 novembre alla casa del bosco di Arcegno un gruppo di soci ha vissuto l'esperienza dell'eco-counseling guidati con passione da Marcella Danon.

La giornata ha permesso di acquisire nuovi strumenti di lavoro e soprattutto di fare esperienza diretta del beneficio che possono generare nelle persone.

È stata prima di tutto un'esperienza vissuta: un tempo in cui vivere e condividere nuove modalità di dialogo interiore, nuovi elementi su cui posare lo sguardo e spunti da integrare nel colloquio. Un approccio in cui la natura non è una semplice cornice, bensì è parte attiva del processo di cambiamento, per il cliente, e al tempo stesso, per il counsellor.

A fine giornata non eravamo più quelli di inizio giornata, ci siamo ritrovati un po' diversi: qualcosa si era espanso, dentro e fuori, lasciando più presenza, chiarezza e possibilità.



Collaborazioni

Nel mese di dicembre è uscito l'articolo che presenta la nostra associazione su "Evoluzioni – Lo sguardo del counselling", la rivista di riferimento dell'associazione italiana AssoCounseling.

www.rivistaevoluzioni.it – edizione 4/2025 - sezione Counseling nel mondo.

Un ringraziamento di cuore al team di Evoluzioni per questa preziosa opportunità!



L'obiettivo è dedicare un momento di presenza e accoglienza. Un momento di calore umano, in cui la persona si senta vista e considerata.

L'iniziativa si rivolge principalmente ai residenti che non riescono a partecipare alle attività di gruppo. Gli anziani che hanno meno possibilità di interagire con gli altri, quelli più isolati, che trascorrono molto tempo nel letto, nelle loro stanze o sul piano.

Quest'anno abbiamo viaggiato con le storie attraverso il Ticino, da Mendrisio a Faido e i feedback sono stati molto positivi!

Quindi, ci rivolgiamo a chi è interessato a partecipare in modo attivo all'organizzazione della prossima edizione ad annunciarsi già sin d'ora a Zemira. Grazie. (zemira.montemarano@gmail.com)

Dal Centro con Paula Carrara

A cura di Fabia Ferrari

Il 15 dicembre scorso eravamo una mezza dozzina a sperimentarsi attraverso lo strumento della voce, che si è rivelata lo strumento perfetto per lavorare su di sé. Queste le parole chiave: respiro-corpo-ascolto-percezione di sé e dell'altro-attenzione-presenza.

Ben sappiamo quanto la centratura e il radicamento del counsellor siano la chiave per entrare in relazione con i nostri clienti e permettere loro di fare scoperte interessanti: abbiamo dedicato ad esplorare e dare spazio alla voce, in modo semplice e autentico.

La formatrice mi ha confidato di essere rimasta colpita dalla disponibilità delle partecipanti e dalle curiosità che le ha mosse durante il lavoro.

Sito

Siamo entusiaste delle molte iniziative che vengono proposte sulla chat da voi soci. A tal proposito abbiamo il piacere di comunicarvi che ci stiamo organizzando per pubblicarle sul sito dell'associazione, nella speranza che ciò contribuisca a dare ancora maggiore visibilità!

A breve riceverete maggiori informazioni.