



Newsletter SICo Lazio Ottobre 2025



ECCOCI DI NUOVO!!!!!!!!!!

Avete presente quel momento in cui si chiude l'ombrellone, si scrolla via la sabbia dall'asciugamano oppure si mettono via le scarpe da trekking e comunque l'abbigliamento estivo e si pensa: "Ok, adesso si ricomincia"?

La fine dell'estate e l'arrivo dell'autunno suscitano sempre quella sensazione di "ripartenza".

Si parte con buoni propositi, agende nuove e quell'energia che dura... chissà.....

Ma niente paura: la ripresa è più leggera se condivisa.

La nostra ripresa mensile è per noi una gioia (speriamo anche per voi).

Abbiamo ricevuto feedback positivi sulle precedenti newsletter e questo ci ha dato la carica e la motivazione per riprendere con entusiasmo l'incontro mensile con ognuna/o di voi.

Ogni "incontro" è un seme piantato: non sappiamo subito che forma prenderà, ma sappiamo che, se curato insieme, diventerà qualcosa di vivo.

Ottobre prende il nome dal latino "octo", che significa "otto". Nell'antico calendario romano, ottobre era infatti l'ottavo mese dell'anno, poiché l'anno iniziava a marzo (Martius). Anche se il calendario romano è stato modificato nel corso dei secoli, il nome del mese di ottobre è rimasto legato alla sua posizione originale.

In questo mese:

- **1 ottobre:** Giornata internazionale delle persone anziane
- **2 ottobre:** Giornata internazionale della nonviolenza
- **4 ottobre:** Giornata mondiale degli animali
- **10 ottobre:** Giornata mondiale della salute mentale e Giornata mondiale contro la pena di morte
- **17 ottobre:** Giornata internazionale per l'eliminazione della povertà
- **27 ottobre:** Giornata Mondiale per il Patrimonio Audiovisivo

2 ottobre – Giornata internazionale della nonviolenza

La data coincide con la nascita di Mahatma Gandhi, che ha fatto della nonviolenza non solo un principio politico, ma un modo di vivere. Questa giornata ricorda che la nonviolenza non è passività, ma una scelta attiva di coraggio, dialogo e rispetto. È un invito a coltivare relazioni autentiche e a trasformare i conflitti – grandi o piccoli – in occasioni di crescita.

Ma la nonviolenza riguarda anche il rapporto con sé stessi. Troppe volte ci feriamo con il giudizio, con aspettative irrealistiche, con la durezza verso i nostri limiti. La violenza interiore nasce quando ci chiediamo di essere sempre “di più” o “diversi” da ciò che siamo.

Nel counseling, come nella vita quotidiana, la nonviolenza si esprime nell'ascolto profondo, nell'accoglienza senza giudizio e nella fiducia che ogni persona possa trovare la propria strada di cambiamento senza forzature.

Bastano piccoli gesti consapevoli: una parola gentile rivolta a sé stessi, un silenzio che accoglie, un respiro che scioglie la tensione. Così la nonviolenza diventa una pratica quotidiana, dentro e fuori di noi.

INCONTRI MENSILI SOCI SICO LAZIO



Questi incontri, che si svolgono il primo venerdì del mese alle ore 19.00 via zoom, rappresentano un'importante opportunità di confronto e condivisione, sia sul piano esperienziale che teorico. Saranno un momento per:

- Condividere esperienze personali e professionali.
- Presentare il proprio approccio o metodo di lavoro, offrendo spunti di discussione e approfondimento.
- Sperimentarsi in un ambiente familiare nel ruolo di "guida" in un incontro di counseling di gruppo, esercitando capacità di conduzione e facilitazione del dialogo.

Nota : Gli incontri, gratuiti, valgono come aggiornamento professionale.

Invito : Tutti i colleghi che desiderano condurre un incontro mensile con una tematica specifica possono comunicarlo alla segreteria.

Qualche giorno prima dell'incontro la segreteria provvederà ad inviare una mail contenente il link per il collegamento.

L'incontro di **venerdì, 3 ottobre 2025, ore 19.00**, sarà condotto dal nostra collega **Milena Screm** con il tema: "**«Non si accettano caramelle dagli sconosciuti» Sensi e fiducia nella relazione di Counseling (e nella Vita)**".

I partecipanti dovranno avere a disposizione un cioccolatino o un piccolo frutto fresco o secco

- **VI ASPETTIAMO NUMEROSI PER ARRICHIRE INSIEME IL NOSTRO PERCORSO COMUNE**



INTERVISTA ESCLUSIVA: CHIACCHIERANDO CON IL COUNSELOR

BIOGRAFIA: Adriano G.Mistò, *Professional Counselor S.I.Co. dal 2024, consulente aziendale, attivo da oltre 25 anni nei settori formativi e della comunicazione.*

Dal 2016 al 2024 mi sono dedicato alla formazione in ambito *counseling*, inizialmente nel settore aziendale, poi come Direttore della *Counseling Academy DOC*, collaborando, per la strutturazione di master e corsi, con docenti universitari. Oggi con questi ultimi ed altri professionisti partecipo alla creazione di un'associazione che promuove un counseling a disciplinarietà integrata.

Mi definisco un uomo in cammino. Counselor, formatore e facilitatore, credo nella forza dell'ascolto autentico e nel valore della trasformazione personale. Il mio stile si fonda sull'incontro tra filosofia, scienza, spiritualità e arte come strumenti di conoscenza del sé e del mondo.

Qual è la tua visione del mondo e come ha influenzato il tuo approccio al counseling?

La mia visione del mondo è sistematicamente olistica: tutto è interconnesso, nulla esiste separato dal resto che lo circonda; ogni essere umano è parte di un grande disegno vitale e ha in sé la potenzialità per trasformare la propria esistenza. La filosofia, soprattutto quella antica, è per me una bussola, uno strumento per dirigere la rotta nell'oceano dell'esistenza, proprio come fa il sestante al servizio di un capitano di vascello in mare aperto. Nel mio approccio al counseling, tale visione si traduce nell'accompagnare le persone a ritrovare dentro di sé un centro, una direzione, una coerenza tra ciò che pensano, sentono e agiscono. Pratico insomma una forma di counseling che integra il dialogo filosofico alla relazione d'aiuto, la quale rappresenta una chiave potente per facilitare un cambiamento dello stile di vita che porti al benessere profondo e, soprattutto, alla consapevolezza piena di sé stessi: in ogni incontro individuale o di gruppo, infatti,

non c'è mai automatismo, ma presenza concreta e reale che trasforma ed evolve in primis la mia anima con la mia coscienza, rendendo inoltre vivo ed operante il socratico "sapere di non sapere".

Cosa ti motiva nel tuo lavoro di counseling?

Mi motiva profondamente l'umanità e l'evoluzione che determina in me l'incontro con l'altro, il desiderio e la bellezza di vedere una persona riprendere in mano la propria vita, come un timoniere sfinite che torna a riafferrare con forza il timone durante la tempesta. Ogni colloquio di counseling è un incontro tra mondi, un atto di presenza reciproca, un viaggio nell'anima dell'altro, ed è un onore poter essere testimone di queste trasformazioni che costituiscono un vicendevole arricchimento. Spesso basta una domanda posta con cura, uno sguardo che accoglie, una pausa silenziosa per far emergere la verità di una persona, verità che sempre provoca in me emozione e stupore.

Qual è, a tuo avviso, il ruolo della creatività nel tuo lavoro?

La creatività è il cuore pulsante del mio modo di fare counseling. Credo profondamente che l'essere umano non sia solo un problema da risolvere, ma una realtà da scoprire e, soprattutto, da esprimere.

Nei miei percorsi utilizzo spesso simboli, immagini, metafore, strumenti di mindfulness, canzoni, letture poetiche e artistiche che aprono varchi nell'anima. Il counseling non è un intervento tecnico, ma un'arte: l'arte di aiutare l'altro a raccontarsi, a darsi forma, a (ri)generarsi. Come in un laboratorio personale sull'arte del "sé", dove il simbolo figurativo diventa via d'accesso all'essenza più profonda dell'essere, anche nella pratica individuale, dove incoraggio l'altro a comporre la propria "costellazione" interiore.

Qual è stato il tuo momento professionale più difficile?

Uno dei momenti più difficili è stato proprio il passaggio da un mondo altamente strutturato e normato - come quello aziendale - al mondo del counseling, fatto di ascolto, lentezza e presenza. Per anni ho dovuto conciliare due identità professionali apparentemente distanti, trovando poi il punto di contatto nella persona umana attraverso una comunicazione autentica, vera, profonda. Questa crisi identitaria è stata anche il mio punto di svolta. Ho capito che nella vita non si deve rinnegare nulla, ma integrare ogni cosa. Oggi la mia competenza gestionale, le mie capacità di problem solving e leadership si uniscono al mio essere counselor, rendendomi un professionista con una visione ad angolo giro, in grado di muoversi sia nel mondo del fare che in quello dell'essere.

Dacci un suggerimento di lettura

“L’Espansione della Coscienza. La visione transpersonale” di Roger Walsh e Frances Vaughan - offre una visione ampia e completa delle molte dimensioni dell'esperienza umana, trattando argomenti come la crescita interiore, la psicoterapia, la meditazione, i sogni, l'etica, la filosofia e altro ancora.



HO INCONTRATO IL COUNSELING

Un contributo da parte di chi non è counselor, ma ha incontrato il Counseling ...

"Il Counseling crede nelle risorse della persona ed è proprio utilizzando queste risorse che si può vivere meglio. In una società orientata all'idea che la serenità si ottiene dalle cose che hai, e non da quello che veramente sei, credo che il Counseling sia una valida direzione per trovare dentro di sé la strada giusta. Diventare consapevole delle mie risorse mi ha permesso di cambiare e di sentirmi protagonista del mio cambiamento.

Una tappa importante del mio percorso è stata l'accettazione. Chissà quante volte questa parola è utilizzata confondendola con le parole adattamento, rassegnazione.

L'accettazione è un sentimento che nasce dal profondo, che implica a mio parere una maturità spirituale. L'accettazione "incondizionata" è la forma di amore più grande che si può provare sia nei confronti di se stessi, che nei confronti degli altri. Accettare significa "abbracciare l'anima" e vedere una persona così come è senza giudicare. Spesso le prime persone che non accettiamo siamo noi stessi, troviamo qualcosa dentro di noi, nel modo di essere, o nel nostro corpo, che non accettiamo e, in questo modo, ci sentiamo inadeguati.

Non ci accettiamo perché ci giudichiamo, racchiudiamo la nostra vita in giusto e sbagliato e perseguiamo questa strada, spesso inconsciamente, fino a quando ... non accettiamo di accettarci.

Il giudizio nasce dagli imprinting dei nostri genitori, della cultura e dal modello di riferimento nel quale ci identifichiamo inconsapevolmente. Questo non fa altro che allontanarci da noi stessi e dalla nostra vera essenza, arriviamo a mettere da parte quello che siamo autenticamente per far piacere agli altri.

L'accettazione richiede tempo, passaggi, gradualità, crescita.

Mi ritenevo un incapace, pensavo di non essere all'altezza in ogni situazione e davo la colpa a mio padre che mi aveva tarpato le ali. Questo aveva portato in me un senso di deresponsabilizzazione, preferivo non fare piuttosto che fare e rischiare di sbagliare; attribuisco a mio padre la colpa di tutto questo, con i suoi "Non devi fare..." "Fai attenzione!" "Levati, questo lo faccio io!". Ero arrabbiato con lui, mi aveva fatto soffrire, lo ritenevo responsabile della mia infelicità.

Cominciando il percorso di Counseling sentii che se vuoi cambiare il rapporto con gli altri, soprattutto con i tuoi cari, devi riprendere quello che era rimasto in sospeso ed accogliere quelle emozioni rimaste lì per tanto tempo. Ho capito che se avessi voluto riprendere il mio rapporto con mio padre non avrei potuto essere solo il bambino arrabbiato e aspettare che cambiasse lui. Ho sentito dentro di me questa forza, che potevo essere io a fare il primo passo ed andargli incontro.

Tanta rabbia, tanta tristezza sono venute fuori come un vento forte, tanto pianto che hanno lasciato spazio ad una sensazione nuova di pace, di serenità.

Avevo perdonato mio padre, provavo una gioia immensa, mi sentivo rinato.

Il counseling mi ha aiutato a guardarmi dentro, a vedere che oltre quel sentimento che appare così devastante come la rabbia, si nasconde il perdono e quindi l'amore. Quando ho perdonato mio padre ho provato un profondo senso di gratitudine.

Ho incominciato a focalizzare scelte fatte dagli altri per me che non mi soddisfacevano, mi lasciavano un senso di incompletezza. Volevo cominciare ad essere artefice delle mie scelte, senza per forza subire o adattarmi agli altri.

Sentivo che avrei potuto prendere per mano la mia vita e cominciarne ad esserne protagonista.

La cosa che mi affascina del Counseling è il fatto che ti predispone al “cambiamento”; facendo emergere risorse nuove, mi ha allenato alla responsabilità.

*Se la consapevolezza mi ha dato la possibilità di riconoscere i miei schemi mentali e le mie emozioni, questo non è stato sufficiente ad effettuare il cambiamento. Solo assumendomi la responsabilità delle emozioni che provo posso cambiare. Prendersi la responsabilità della propria vita vuol dire darsi l'opportunità di cambiare." **Giuseppe C.***



RISORSE UTILI

In questo "angolo della nostra stanza" accogliamo riflessioni sulla pratica di counseling, condivisioni di formazione, tecniche utilizzate, spunti cinematografici, teatrali e altro ancora, per stimolare nuove connessioni e approfondire idee.

- *Invitiamo tutti a contribuire con propri spunti e condivisioni all'indirizzo ref.sicolazio@gmail.com, oggetto "Risorse utili - Newsletter SICo Lazio".*

ATTIVATORI DI COMUNITA'

Recentemente mi sono imbattuta in questa definizione. Leggendo un saggio nel quale vengono analizzate e attualizzate alcune parole, istantaneamente, ho visto chiara la forte connessione tra il Counseling e il Bene Comune. L'onesta e feconda professione di counseling, si fa mezzo di comunicazione, transizione, trasporto verso un umano amorevolmente creativo e vitale, capace di costruire buone e consapevoli relazioni e quindi una migliore e rispettosa qualità di vita per tutti. **Il Counselor è davvero un Attivatore di Comunità**, in un tempo attuale che ha perso il senso del concetto teorico ma soprattutto pratico e concreto del "noi". La parola è il nostro strumento principale di lavoro e tramite essa ci porgiamo quale sostegno per una co-costruzione di relazioni di vita fondate nel "Modus Amoris" che, agli occhi di Binswanger, "non è soltanto la forma più alta e più "autentica" dell'essere-nel-mondo, ma anche la forma più ricca di conoscenza di sé e degli altri". Ciò che siamo chiamati ad attivare nel nostro operare è una semina di buone relazioni, non buoniste, nelle quali non manchino mai ascolto, cura, comunità, compassione, condivisione, contaminazione, cortesia, empatia, generosità, gentilezza, gratitudine, rispetto, solidarietà, speranza e gioia. Tutte queste sono parole ponte per traghettare le relazioni da un presente sempre più arido, complesso, competitivo, dell'io contro gli altri, verso il terreno fertile del noi. Favoriamo quindi, tramite la nostra professione e la nostra coerenza, lo sviluppo di una maggiore consapevolezza di sé in tutte le persone che incontriamo, nel

setting lavorativo, come nella vita. Questa è la base su cui poi ogni persona, autonomamente, può sanare e ricostruire il proprio essere nel mondo. E, come un sasso gettato in uno stagno, l'onda prodotta arriva lontano. In quest'ottica diventa quanto mai necessaria una nostra salda, corretta, umile e gioiosa postura professionale, nello sforzo comune di diffondere la cultura del counseling, con consapevolezza e creatività. Chissà se poi saremo in grado, come singoli e come società, di affinare il nostro sguardo "generativo" perché divenga capace di vedere al di là della siepe (che attualmente segna il confine di un mondo pieno di violenza, guerra, inconsapevolezza e dolore) come magistralmente e poeticamente ci ha indicato Giacomo Leopardi nel suo Infinito... questo, a mio avviso, è l'orizzonte a cui tendere, insieme!

L'Infinito

*Sempre caro mi fu quest'ermo colle,
E questa siepe, che da tanta parte
Dell'ultimo orizzonte il guardo esclude.
Ma sedendo e mirando, interminati
Spazi di là da quella, e sovrumani
Silenzi, e profondissima quiete
Io nel pensier mi fingo; ove per poco
Il cor non si spaura. E come il vento
Odo stormir tra queste piante, io quello
Infinito silenzio a questa voce
Vo comparando: e mi sovvien l'eterno,
E le morte stagioni, e la presente
E viva, e il suon di lei. Così tra questa
Immensità s'annega il pensier mio:
E il naufragar m'è dolce in questo mare.*

Giacomo Leopardi

A cura di **Anna Mason**, Supervisor Trainer Counselor, Referente S.I.Co. Regione Veneto

IN "VIAGGIO" VERSO IL CONGRESSO



Un congresso è molto importante per un'Associazione di Counseling per diversi motivi, che spaziano dalla crescita professionale alla coesione interna e alla visibilità.

Ecco alcuni motivi per partecipare al prossimo congresso S.I.Co.:

- Il Counseling è una disciplina in continua evoluzione, un congresso permette di conoscere nuovi approcci, tecniche e ricerche scientifiche.
- Offre workshop pratici e sessioni formative che aumentano le competenze
- Raccoglie professionisti, studenti e simpatizzanti in un unico luogo di incontro, di scambio di idee e di costruzione di relazioni umane e professionali.
- È un appuntamento riconoscibile, che rafforza il senso di appartenenza all'Associazione.
- Il congresso stimola discussioni su sfide emergenti, etica professionale e nuove modalità di intervento.
- Favorisce l'innovazione e la ricerca di soluzioni a problemi condivisi nel settore.

PERCHE' PARTECIPERAI AL CONGRESSO?

Invia la tua motivazione: aiuterà gli organizzatori a "costruire un congresso più vicino ai Counselor S.I.Co."

PERCHE' NON PARTECIPERAI AL CONGRESSO?

È importante conoscere anche le motivazioni di chi non potrà partecipare al congresso. Invia il motivo della tua non partecipazione. Permetterà agli organizzatori di ascoltare le voci lontane e anche in questo caso contribuirà a "costruire un congresso più vicino ai Counselor S.I.Co."

Scrivere a referente SICo Lazio Daniela Piendibene:

ref.sicolazio@gmail.com



II TERRITORIO in MOVIMENTO

In questo spazio saranno ospitate le iniziative provenienti da altre Regioni e a cui tutti i soci SICo possono partecipare.

REGIONE LAZIO:

Gli incontri mensili dei soci SICo Lazio riprenderanno venerdì 3 ottobre. Condurrà la nostra collega Milena Screm.

- Potete contattare la referente SICo Lazio **Daniela Piendibene:**
ref.sicolazio@gmail.com
- Per proporre eventi: eventilazio.sico@gmail.com

REGIONE LIGURIA:

Liguria, un territorio colmo di **risorse**, a iniziare dalla Natura per arrivare alle persone. Quindi anche alle/ai **Counselor** che, in realtà diverse e in modi diversi, tessono lo spirito di questa parte di **Comunità di professionisti**.

Nonostante la comunicazione di massa, sul Counseling scarseggiano informazioni, così come sulle tante iniziative che hanno vita. Le Referenti Regionali S.I.Co. Liguria stanno lavorando anche per mettere in luce la **ricchezza di realtà di Counseling** esistenti nella regione. E' in corso inoltre un **progetto articolato** che apra le porte a **interventi di Counseling nei Comuni e nelle Province**: Sportelli d'Ascolto, corsi per anziani, supporto ai *caregiver*, sostegno alla genitorialità.

Il gruppo si riunisce online **ogni primo martedì del mese**, su Zoom; ci si può unire in qualsiasi momento, anche da altre regioni.

- Potete contattare referenti SICo Liguria: **Milena Screm e Federica Ranise** ref.sicoliguria@gmail.com, **prossimo incontro martedì 7 ottobre 2025 dalle ore 18.45.**

REGIONE LOMBARDIA :

25 ottobre: COUNSELING: è una parola! incontro con Maria Cristina Koch e Luca Legnani

dalle ore 9.30 alle ore 11.30 presso Casa delle Associazioni e del Volontariato - via Marsala 8 - Milano

dalle ore 13.00 alle ore 16.30 presso l'Isola dei Tesori - Sistema Counseling - Viale Abruzzi 31 - Milano

- Potete contattare il referente SICo Lombardia **Luca Legnani:** lucalegnani@willytwoxtwo.it

REGIONE BASILICATA :

Prossimo appuntamento online SICo Basilicata- (il secondo) **lunedì 20 ottobre 2025** dalle ore 19.30.

Temi e aggiornamenti:

- approfondimento sulle opportunità del territorio;
- programmazione contatti con enti;
- congresso SICo, informazioni generali.

- Potete contattare il referente SICo Basilicata: **Filippo Rubini** ref.sicobasilicata@gmail.com

REGIONE VENETO :

Incontri di confronto e condivisione S.I.Co Veneto (Meet, ore 21:00)

- **Martedì 7 ottobre:** Codice Counseling: a che punto siamo? La pratica professionale alla luce dei Codici Affettivi di F. Fornari
- **Martedì 4 novembre:** Professione Counseling: segni e disegni possibili e futuri
- **29 e 30 novembre:** VIAGGIO congresso S.I.Co a Roma in presenza e in streaming
- **Martedì 2 dicembre:** Viaggio nella professione: condivisione e restituzione del congresso S.I.Co
- Potete contattare le referenti SICo Veneto **Emanuela Schievano** ed **Anna Mason**: eschievano@fastwebnet.it, annamasonbeb@gmail.com

REGIONI PIEMONTE e VALLE d'AOSTA :

Dopo la realizzazione del ciclo di incontri “**Le relazioni e il Counseling**”, S.I.Co. Piemonte e Valle d'Aosta si propone di continuare e approfondire il dialogo avviato nei mesi scorsi con le istituzioni e con la comunità locale.

L'esperienza di apertura e confronto portata avanti in alcune Case del Quartiere di Torino ha evidenziato quanto il counseling possa essere un prezioso strumento di inclusione sociale e promozione del benessere collettivo. La S.I.Co Piemonte e Valle d'Aosta sta quindi lavorando a nuove iniziative che possano dare continuità a questo percorso.

Tra le idee in fase di elaborazione, vi sono:

- proseguire con cicli di incontri pubblici in altri spazi cittadini, mantenendo lo spirito di dialogo, partecipazione e vicinanza al territorio che ha caratterizzato i primi appuntamenti;
- valorizzare la collaborazione istituzionale con la Città di Torino, anche attraverso la stesura di un protocollo e la possibilità di estendere il progetto a nuove realtà sociali e culturali;
- creare momenti di confronto e scambio all'interno della comunità dei counselor del Piemonte e Valle d'Aosta. Proprio quest'ultimo punto rappresenta la prossima tappa significativa: un incontro online, la cui data sarà a breve proposta agli interessati, dedicato a tutti i counselor del territorio: sarà un'occasione per incontrarci, condividere esperienze e riflessioni, confrontarci. L'intento è di raccogliere idee, stimolare progettualità e far emergere, dalla voce dei professionisti e dagli studenti in formazione, la ricchezza e la varietà delle possibilità che il counseling può offrire oggi nel nostro territorio.

Un appuntamento che vuole andare oltre l'informazione: sarà un vero laboratorio di comunità, aperto al contributo di tutti.

- Potete contattare la referente SICo Piemonte e Valle d'Aosta **Simonetta Perrone**: simoper48@gmail.com

Partecipa attivamente alle iniziative promosse da SICo, contribuendo con idee, proposte e condivisioni. L'obiettivo è creare uno spazio di dialogo

aperto e stimolante, favorendo il confronto tra professionisti, promuovendo la crescita personale e professionale di ciascuno, per valorizzare il ruolo del counseling nella società e renderlo sempre più riconosciuto e diffuso!

Grazie per essere parte della nostra comunità! Se non desideri più ricevere aggiornamenti, puoi annullare l'iscrizione in qualsiasi momento con una comunicazione in segreteria. segreteria.sico@gmail.com