

COUNSELING

ASCOLTO EMPATIA CONSAPEVOLEZZA

IL COUNSELING È UN PERCORSO BREVE,
CON OBIETTIVI REALISTICI, CONCRETI,
CHE SI SVOLGE IN UN NUMERO LIMITATO
DI INCONTRI SETTIMANALI
DELLA DURATA DI 50 MINUTI.

IL PRIMO INCONTRO È GRATUITO.

COSTANZA ROMANI
COUNSELOR PROFESSIONISTA

IL COUNSELING

IL COUNSELING
È UNA **RELAZIONE D'AIUTO**,
UN APPROCCIO MOLTO
EFFICACE PER LA
PROMOZIONE
DEL BENESSERE
CHE FAVORISCE
LA CONSAPEVOLEZZA
E IL POTENZIAMENTO
DELLE RISORSE PERSONALI
E **MIGLIORA LA QUALITÀ**
DELLA VITA

IL PERCORSO

- UN PERCORSO DI COUNSELING
CONSENTE DI:
- MIGLIORARE LE PROPRIE COMPETENZE
RELAZIONALI E COMUNICATIVE
 - IMPARARE A GESTIRE LE EMOZIONI
E LO STRESS
 - AFFRONTARE CONSAPEVOLMENTE
SCELTE IMPORTANTI RIGUARDO
STUDIO E/O LAVORO
 - PRENDERE DECISIONI CON MAGGIORE
DECISIONE E CHIAREZZA
 - SUPERARE MOMENTI DI DIFFICOLTÀ
TRANSITORI.

IL COUNSELOR

IL COUNSELOR SI PRENDE CURA
DELLA PERSONA NEI MOMENTI
DI DIFFICOLTÀ OFFRENDO SUPPORTO
E AGEVOLANDO LA SOLUZIONE
DEI PROBLEMI.

AIUTA A SUPERARE SITUAZIONI
DI DISAGIO FOCALIZZANDO
I VERI OBIETTIVI E FACILITANDONE
IL RAGGIUNGIMENTO.

CONSENTE DI SPERIMENTARE
LE PROPRIE RISORSE INTERNE
ATTRAVERSO UN PERCORSO DI
CONSAPEVOLEZZA IN UN AMBIENTE
PROTETTO E ACCOGLIENTE FATTO
DI ASCOLTO E COMPrensIONE.