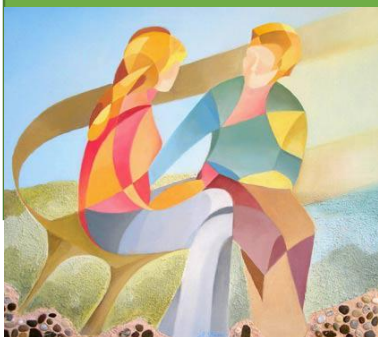


I nostri colloqui di counseling relazionale

Un supporto concreto e professionale
per i problemi che viviamo ogni giorno

La parola "Counseling" deriva dal verbo latino "counsulo" che significa "prendersi cura, aiutare".
Il Counseling consiste infatti in una relazione professionale il cui obiettivo è l'ascolto, il supporto alle difficoltà e il miglioramento

*"C'è una crepa in ogni
cosa.
E' da lì che entra la luce."
(Leonard Cohen)*



della qualità della vita del cliente. Il tutto viene fatto guidando le persone a prendere consapevolezza delle loro risorse e rinforzando le loro competenze decisionali, di scelta e di cambiamento.

Chi siamo e cosa ci caratterizza

Siamo counselor professionisti accomunati dal desiderio di mettere a disposizione le nostre competenze per dare uno spazio di ascolto professionale alle persone che vivono un momento di difficoltà della propria vita, in qualsiasi ambito esso sia. Il senso che diamo al nome del nostro gruppo nasce dal fatto che crediamo

profondamente nell'importanza di stimolare la persona ad avere un **atteggiamento attivo** nel guardare e riflettere sulla situazione che sta vivendo. Inoltre, "AT" in maiuscolo sta per Analisi Transazionale, l'orientamento teorico formativo che ci accomuna.

Cosa succede in un incontro di counseling

Durante un Incontro di Counseling viene creata una dimensione di **ascolto attivo** nella quale il cliente comincia a raccontare liberamente le sue difficoltà; piano piano sviluppa una capacità di ascolto e di osservazione verso se stesso che gli permette di comprendere con chiarezza come le proprie modalità o i propri vissuti interiori gli siano da ostacolo: esce così dal ruolo di persona passiva e mette a fuoco delle risorse che gli permettono di migliorare la propria qualità di vita.

Il nostro orientamento: l'Analisi Transazionale

L'obiettivo che ci si prefigge attraverso incontri di counseling basati sull'approccio teorico dell'Analisi Transazionale è quello di ristabilire l'autonomia e di rendere più stabile la condizione di problem solving dell'individuo. In questo senso si tratta quindi di avvicinarsi alla condizione in cui le emozioni ci aiutano a **risolvere i nostri problemi** e a **soddisfare i nostri bisogni**, anziché contrastare i nostri sforzi ed intralciarli inutilmente.

Attivamente

spazio alle tue risorse

Alcuni benefici del counseling

Prendere decisioni con maggiore decisione e chiarezza

Migliorare le proprie competenze relazionali e comunicative

Migliorare la conoscenza di sé e l'autoconsapevolezza

Imparare a gestire lo stress

Superare momenti di difficoltà transitori

Gestire e superare problemi di natura non psicopatologica

Contattaci per informazioni:

ATTIVAMENTE COUNSELOR

Via Frua 15, Milano
Corso Genova 27, Milano
329.7789850

info@attivamentecounselor.it
www.attivamentecounselor.it

