

Appuntamenti

Giorno _____

Ora _____

Giorno _____

Ora _____

Giorno _____

Ora _____

Giorno _____

Ora _____

Giorno _____

Ora _____

Giorno _____

Ora _____

Giorno _____

Ora _____

Dove siamo

Via Frua, 15
20146 Milano
alfacounseling@gmail.com

Fermata  1 DEANGELI

Chi siamo

Professionisti della formazione e *Counselor* diplomati al "Centro Berne" di Milano, accreditati *AssoCounseling*.

Alessandra Aglieri

tel. 340 8386549

Ambiti di attività:

Counseling familiare: sostegno rivolto al singolo, alla coppia, al nucleo familiare, nella gestione delle relazioni e counseling socio-sanitario per sostenere e contenere le difficoltà in un percorso di malattia e di guarigione.



Antonia Camarra

tel. 347 4070680

Ambiti di attività:

Relazioni familiari e supporto alla genitorialità; interventi in ambito scolastico. Rapporti nel contesto lavorativo e organizzativo.

Benedetta Bazzoni

tel. 347 7898920

Ambiti di attività:

Counseling organizzativo e coaching: benessere nelle relazioni con collaboratori, capi e colleghi; empowerment e sviluppo personale e di carriera.



Manuela Del Bene

tel. 329 9553447

Ambiti di attività:

Counseling organizzativo e coaching: efficacia nelle relazioni sul lavoro, orientamento per carriera e percorso di studi, bilancio competenze, sviluppo professionale. Psicologa di formazione.



ALFα

Affetti
Lavoro
Famiglia
αutosviluppo

Counseling e Coaching in Milano



Una professione di aiuto

Il Counseling nasce e si sviluppa negli USA negli anni '50.

È un'attività che ha lo scopo di migliorare la qualità della vita delle persone, sostenendone i punti di forza e le individuali capacità di autodeterminazione.

Il Counseling offre uno spazio d'ascolto, di riflessione e di sostegno nel quale affrontare le difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi, rinforzando la capacità di scelta e/o di cambiamento delle persone.

Il risultato è una sensazione di benessere individuale e relazionale, perché la persona aumenta la propria capacità di espressione di sé e di accoglienza serena dell'altro.



A chi si rivolge

A tutti coloro che desiderano acquisire una maggiore consapevolezza di sé, un migliore utilizzo delle proprie risorse ed energie per affrontare momenti di stallo, stanchezza, disagio. A chi si sente stretto nelle relazioni che vive oggi e vorrebbe esplorare nuove modalità di comportamento. A chi sente il bisogno di un confronto professionale per analizzare ed affrontare nuovi e vecchi problemi con uno sguardo diverso.

Ambiti di intervento

Relazioni familiari e supporto alla genitorialità; rapporti nel contesto lavorativo e in ambito scolastico; accompagnamento e sostegno in percorso di malattia rivolto al paziente e ai parenti, sono alcuni degli ambiti in cui operiamo.



Come aiuta le persone

Ascolto, Legame, Fiducia e Analisi transazionale sono gli strumenti con cui conduciamo i nostri percorsi di counseling, individuali o di gruppo.

Nel primo incontro, che vi proponiamo gratuitamente, viene individuato l'Obiettivo, esplicitato il metodo con cui verrà perseguito, definita la durata del percorso e la sua cadenza. In genere un percorso si articola su quattro mesi con incontri quindicinali di un'ora l'uno.

Negli incontri successivi il counselor guida il cliente ad analizzare con occhi nuovi la situazione che sta vivendo, a trovare strumenti ancora non sperimentati o a sviluppare risorse sopite, che permettano di affrontare e risolvere il problema con autonomia e soddisfazione.

Vivi con energia e consapevolezza le relazioni in famiglia e sul lavoro