

Se pensi che possa esserti utile, puoi chiamare il numero 324 8022756 senza impegno e richiedere tutte le informazioni necessarie, chiamando allo stesso numero puoi anche fissare un primo incontro.

Spazio d'Ascolto - Servizio gratuito di Counseling
Piazza Monsignor Rossi n. 1 - ex municipio - Basiglio

Servizio gratuito rivolto ai residenti del Comune di Basiglio
Per le prenotazioni: 324 8022756
Info: www.comune.basiglio.mi.it



COUNSELING



COMUNE DI BASIGLIO
Assessorato Politiche Sociali e Welfare

*Cambiamenti, difficoltà, incertezze, preoccupazioni
... e se fossero Opportunità?*

Spazio di ascolto

servizio gratuito di Counseling

a partire da lunedì 3 marzo 2014

Che cos'è il Counseling?

Nella nostra vita quotidiana ci troviamo sollecitati da tensioni, imprevisti, difficoltà relazionali di varia natura.

A volte, pur stando bene, desideriamo migliorarci e trovare nuove strade per esprimere i nostri talenti personali.

Altre volte ci troviamo in situazioni di cambiamento e proviamo paura e siamo tentati di mettere tutto in discussione.

Altre volte ancora ci sentiamo soli e avremmo voglia di parlare un po' di noi senza appesantire gli amici o il partner.

Altre volte veniamo colti da un senso di insoddisfazione e malessere generico.

Altre volte...

Queste situazioni sono del tutto normali e segnano i passaggi della nostra esistenza.

Fermarsi, fare il punto della situazione, trovare le nostre risorse e vedere il modo in cui ci rendiamo le cose più difficili di quello che sono... questo è il Counseling.

Il **Counseling** è un intervento mirato a persone che vogliono provare a fermarsi e fare il punto della situazione, riprendere le fila e trovare nuovi modi per vivere il quotidiano in una direzione di maggior efficacia e benessere.

Il **Counselor** è una figura professionale qualificata e riconosciuta (Legge 4/2013) per operare specificamente in questo tipo di situazioni.

L'azione del counselor:

- è un percorso breve (max 10 incontri)
- si focalizza sulla situazione da esplorare orientandosi alla soluzione del problema
- permette di trovare alternative al tuo modo di vivere le cose
- facilita l'individuazione di soluzioni più creative e nutrienti
- ti accompagna a riconoscere i tuoi bisogni e occuparti più efficacemente del tuo benessere quotidiano.

Cos'è lo spazio d'ascolto?

Nel tuo comune da lunedì 3 marzo 2014 è disponibile un servizio innovativo, che ti consente di incontrare gratuitamente dei Counselor qualificati che possono agevolarti attraverso un percorso costruito su misura per te.

Lo Spazio d'Ascolto è un servizio che opera all'interno di contesti di vita quotidiani. Affrontati con tempismo e con un approccio orientato alla soluzione del problema e all'apertura alla speranza, alcune difficoltà della vita possono trasformarsi in occasioni di evoluzione personale, possono diventare uno stimolo per attivare proprie risorse inutilizzate, possono contribuire a sperimentare un senso di empowerment sulla propria esistenza, aiutando la persona a scegliere, con maggiore consapevolezza, di orientarsi verso il proprio benessere.

La presenza di uno Spazio d'Ascolto di Counseling sul territorio costituisce anche un fattore protettivo per la prevenzione di situazioni di disagio e, qualora ne emergesse il bisogno, occasione di invio verso percorsi specializzati di cura e terapia.

Chi si occupa del servizio e come si svolge?

Ad occuparsi del servizio troverai operatori qualificati, iscritti come Counselor Professionisti presso le Associazioni professionali di categoria.

Ogni incontro è individuale, gratuito, ha la durata di circa un'ora e si svolge in condizioni di riservatezza per garantire la tua privacy. In relazione alla situazione/problema che presenti verrà concordata l'ipotesi di intervento più efficace, valutando il numero di incontri necessari (max 10).

Se la situazione/problema dovesse richiedere degli interventi più mirati, il counselor potrà accompagnarti a scegliere l'aiuto migliore per te fra i servizi e le opportunità presenti sul territorio.