
Spazio Counseling 2022

Equa Cooperativa sociale

SITUAZIONE ATTUALE

- incertezza
- paura
- ansia
- preoccupazione



«Non sopporto più nessuno!
La qualità dei mie rapporti con
le persone è peggiorata»

«Sono stressato e certe
situazioni non mi stanno
più bene!»

«Mi sento spesso nervoso
ma non so con chi
parlarne»

«Devo ripensare alla mia
vita professionale!»

«Sto vivendo un momento di
cambiamento e ho bisogno di
qualcuno con cui
confrontarmi»

COSA SERVE ORA

- cura
- confronto
- dialogo
- fiducia



«Esplora le tue risorse interne»

«Riconosci le tue vere emozioni!»

«Credi nei tuoi pensieri!»

«Esprimi il meglio di te»

«Lascia spazio ai tuoi sentimenti»

«Lascia andare»

«Valorizza la tua unicità»

«Conosciti!»

«Attiva le risorse che sono dentro di te»

IL COUNSELING

- empatia
- ascolto
- riflessione
- assenza di giudizio



- Il counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento.
- Sviluppa un percorso di consapevolezza, di crescita e di trasformazione
- Crea le condizioni affinché la persona diventi consapevole ed esprima le risorse già insite in sé necessarie per il proprio cambiamento

IL COUNSELOR

- Permesso
- Protezione
- Potenza



- È il professionista che esercita il counseling
- Accompagna le persone verso mete e obiettivi stabiliti dando il meglio di loro stesse: nella vita privata, nella scuola, nel lavoro, nei rapporti di coppia e familiari.
- Aiuta a esprimere le potenzialità e le risorse insite in ciascun individuo
- Agevola le persone a governare, in modo consapevole e mirato, difficoltà momentanee e specifiche, legate alla relazione con se stessi e con l'ambiente circostante.
- Non fa diagnosi, non interpreta i comportamenti: non è uno psicologo

Attivazione servizio di counseling professionale

COUNSELING
RELAZIONE D'AIUTO
2022

- Equa, in collaborazione con il Centro Berne, vuole dare vita ad uno spazio individuale di accoglienza, ascolto e cura per attraversare disorientamento e difficoltà, per rigenerare benessere, autodeterminazione e capacità di scelta, per esplorare nuove opportunità positive, evolutive e trasformative.
- Viene messo a disposizione un servizio di counseling professionale, aperto a tutti gli operatori della cooperativa.
- Il servizio viene reso tramite gli allievi in formazione presso la Scuola Superiore di Counseling del Centro Berne con la supervisione dei docenti della Scuola.



- Il percorso prevede 8/10 incontri a titolo gratuito da remoto tramite videoconferenza di un'ora ciascuno su base quindicinale da completare entro 5 mesi dall'attivazione.
- Gli incontri avverranno garantendo un'assoluta riservatezza
- Per aderire potete inviare un'email a sportellocounseling@equacooperativa.it
- Per maggiori informazioni potete contattare Cristian Bertoli cell. 338.3073658 – Referente del progetto
- Il processo avverrà naturalmente nel rispetto del codice etico e deontologico di AssoCounseling e delle normativa attinenti al GDPR.

Berne Counseling - L'analisi transazionale per il sociale

COUNSELING
RELAZIONE D'AIUTO
2022

- Il Centro Berne nasce a Milano nel settembre 1978 come uno dei primi istituti italiani di Analisi Transazionale.
- Nel 2002 è nata la “Scuola Superiore di Counseling e Analisi Transazionale per le professioni di relazione e d'aiuto”, accreditata da AssoCounseling, con il corso triennale e tutte le iniziative correlate di approfondimento, supervisione e aggiornamento.
- Promuove una serie di iniziative di formazione, consulenza, supervisione e divulgazione rivolte a tutte quelle persone che desiderano evolvere e crescere nella propria vita personale o professionale
- Fornisce servizi di formazione e consulenza nell'ambito del counseling, con particolare attenzione agli aspetti relazionali e di comunicazione.

Chi siamo

Angelica Villa

Sono laureata in Relazioni Internazionali presso l'Università Statale di Milano. Ho poi intrapreso ulteriori percorsi formativi in ambito del *service design* e del *counseling*.

Ho lavorato e lavoro in diversi ambiti del terzo settore, dalla cultura all'inclusione sociale di rifugiati e rifugiate e all'empowerment femminile. Sono *Project Manager* e *Community Organizer* presso *Refugees Welcome Italia* e collaboro con l'associazione Piano C nell'area *Empowerment* e Sviluppo Professionale, occupandomi in particolare della fase di accompagnamento alla riprogettazione professionale delle donne.

Sono appassionata di cambiamento e di come le persone possano evolvere per migliorare il proprio benessere quello degli altri.



Guya Mina

Sono Guya Mina, ho una laurea in Scienze politiche a indirizzo sociale e un Master in Cooperazione internazionale nel settore della disabilità.

Attualmente sono iscritta al 3° anno della Scuola superiore di Counseling presso il Centro Berne di Miano.

Ho lavorato come giornalista professionista e come allenatrice di equitazione paralimpica.

Dopo molte esperienze di volontariato ho iniziato una formazione per acquisire tecniche e attitudini che mi permettessero, come counselor, di offrire una positiva e corretta relazione di aiuto.



Beatrice Isidoro

Sono laureata in igiene dentale dal 2018.

Sono da sempre affascinata dal mondo della psicologia e della comunicazione. Ho scelto di intraprendere il percorso di counseling per migliorare le mie capacità di ascolto e di relazione.

Il mio obiettivo è quello di comunicare più efficacemente con tutti i miei pazienti e poterli affiancare durante il loro percorso di cure, contribuendo anche a creare un benessere generale all'interno del team odontoiatrico presso il quale lavoro.



Antonella Maggio

Mi occupo di sviluppo organizzativo e dei servizi territoriali in una Fondazione che offre servizi sociosanitari e assistenziali per persone non autosufficienti, con disabilità psichica e per i loro familiari.

Prima ho lavorato nell'ambito della ricerca sociale e organizzativa e occasionalmente nella formazione aziendale e universitaria.

Sono partita da una laurea in Lettere classiche, che mi ha lasciato il gusto delle parole e delle narrazioni, per indirizzarmi con un Master in general management verso le organizzazioni e, con formazioni successive, verso le persone che le fanno vivere e i racconti che fanno di sé e dei loro mondi quando incontrano la sofferenza.

Tre anni fa sono arrivata al Counseling e al Centro Berne, per darmi nuove possibilità e imparare ad aiutare altri a riattivare le loro risorse.



Stefania Turchi

Sono laureata in Economia e Commercio presso l'Università di Pisa e specializzata in Pubblica Amministrazione presso l'Università di Siena.

Attualmente sono iscritta al terzo anno della Scuola di counseling del Centro Berne.

Lavoro da più di 20 anni nell'ambito delle organizzazioni sanitarie. Sono sposata e madre, sempre impegnata nella continua evoluzione del rapporto con le mie due figlie.

Sono appassionata di cinofilia e di psicologia. Amo il contatto con la Natura che mantengo costantemente nelle passeggiate nei boschi con i miei cani.

Credo fermamente che oggi la figura del counselor, con il suo bagaglio esperienziale e gli strumenti acquisiti in formazione, sia una risorsa importante per la vita dell'individuo in difficoltà e per le ricadute evolutive che la sua diffusione può avere nella società.



Cristian Bertoli

Classe 1973, amo il trekking, la natura, i viaggi.

Sono incuriosito da tutto ciò che va oltre il senso comune.

Nella vita professionale mi occupo di gestire le risorse umane in una realtà aziendale da ormai più di vent'anni.

Sono laureato in scienze politiche ad indirizzo sociale.

Mi piace ascoltare più che parlare, comprendere e accettare il «mondo» che è dentro ogni persona.

Sono iscritto al terzo anno della Scuola superiore di Counseling presso il Centro Berne e affronto questo nuovo percorso con l'entusiasmo e la volontà di affiancare le persone nel loro percorso di vita.



www.bernecounseling.it