

Counseling

Una persona che ti ascolta e ti aiuta ad affrontare i tuoi problemi

Ci sono momenti in cui **senti il bisogno di parlare con qualcuno** perché ti sembra che le cose non tornino, perché ti senti giù, perché un problema personale o familiare sembra irrisolvibile, perché si ha l'impressione di non trovare le forze per reagire

Il counselling ti può aiutare



Nel counselling con Nestore potrai:

- affrontare il disorientamento causato dalla fine del lavoro
- superare momenti di crisi familiari, nella coppia, con i figli
- vincere il senso di fragilità e scoraggiamento che a volte ci accompagna quando l'età avanza
- ritrovare la fiducia in te

il counseling:

- È un colloquio tra due persone di circa un'ora in cui si riflette e si cercano soluzioni ai problemi che tu vorrai portare. Il colloquio è condotto in piena riservatezza. La durata massima è di 10 incontri
- Non è una terapia, non si fa per curarsi da qualcosa ma per affrontare problematiche normali e comuni
- È una riflessione a due basata principalmente sulle domande che mira a vedere i problemi in modi nuovi e ad attivare risorse che spesso non si conoscono

- I colloqui avverranno presso la sede dell'associazione Nestore, c/o la società Umanitaria, via San Barnaba 48, Milano
- Per info tel. 02.57968.359 – 324 o 335.248573 e sul sito di Associazione Nestore
- Il costo: primo colloquio gratuito, i successivi 15 € ciascuno. I non soci dovranno pagare l'iscrizione all'Associazione ed avranno 3 colloqui gratuiti

