

WINNERTEAM

SCUOLA DI COUNSELING A INDIRIZZO VOICE DIALOGUE

IL TEMPO PREZIOSO CHE MI DEDICO: un ciclo di sessioni individuali di Voice Dialogue, comodamente da casa (via skype)

La formula individuale è uno strumento molto potente per affrontare temi esistenziali e scelte che si possono presentare in una determinata fase di vita, oppure semplicemente quando si sente l'esigenza di dedicarsi uno spazio-tempo di riflessione e crescita. La sessione individuale permette di migliorare:

- la consapevolezza delle proprie risorse e dei propri pensieri limitanti;
- la stima di sé, l'autoefficacia e l'auto-determinazione;
- la qualità delle proprie relazioni personali e professionali.



ALCUNI CENNI SUL METODO: Il Voice Dialogue è un metodo sviluppato dalla coppia di psicoterapeuti Hal e Sidra Stone che pone le proprie basi teoriche sul principio della Dinamica dei Sé: la personalità di ognuno di noi è poliedrica, composta quindi da diversi sé, aspetti, parti o voci. Il Voice Dialogue permette di riconoscere e dare voce al nostro team interiore, all'energia, al talento e ai punti di forza che ogni parte è in grado di offrire, generando maggiore efficacia personale e benessere.

PER CHI: per tutti coloro che desiderano intraprendere un percorso di crescita personale, per chi sente l'esigenza di imparare a elaborare e gestire le emozioni o essere ascoltato con empatia e professionalità in momenti di difficoltà, in famiglia o sul lavoro.

FORMULA: ciclo di 6-8 sessioni individuali di max 1,5 ore ciascuna, con eventuali esercizi individuali tra un incontro e l'altro. La cadenza consigliata, utile a permettere il consolidamento dell'esperienza, è di due incontri al mese.

Il Voice Dialogue non è una terapia, non si occupa di psicopatologie.

PER INFO E PRENOTAZIONI: info@winnerteam.it - www.winnerteam.it