



## Laboratorio Teranga

*Tutti attraversiamo  
momenti difficili.*

*Se senti bisogno  
di aiuto puoi provare  
con il **Counselling***



[www.teranga.it](http://www.teranga.it)

## **Come fare?**

*Puoi richiedere un primo  
incontro gratuito per condividere  
il tuo problema.*

*Il primo incontro verrà dedicato  
al conoscersi e valutare quale  
percorso sia più opportuno  
avviare.*

*Se riterrai di continuare si  
conconderanno i successivi  
incontri (di solito un incontro  
settimanale)*

*E' possibile attivare il counselling  
anche con gruppi (classi, equipe di  
lavoro etc)*



**Claudio Cernesì** è Counsellor  
professionista accreditato secondo  
l'approccio centrato sulla persona.  
E' formatore metodo Gordon e metodo  
Kaloï

*Il Laboratorio Teranga è un network  
cui collaborano professionisti di  
diversa formazione.*

---

### **Contatti**

**Tel:** 0522 858793

**E mail:** [teranga@tiscali.it](mailto:teranga@tiscali.it)

## Il Counselling

*Tutti attraversiamo  
momenti difficili.*

*A volte le difficoltà.  
i cambiamenti, il dolore  
ci fanno sentire smarriti,  
confusi, incerti ...*

*Se desideri qualcuno  
che possa sostenerti  
nel cercare una via  
d'uscita puoi provare  
con il Counselling*



Il **counselling** è un intervento di supporto mirato a situazioni problematiche specifiche, focalizzato sul tempo presente di durata relativamente breve

Nel facilitare il superamento di un passaggio delicato del ciclo di vita, il **counselling** favorisce:

- una maggiore fiducia in se stessi
- una consapevolezza di sé più profonda
- un senso d'identità più forte

## Il Counsellor

*Il Counsellor è la figura professionale  
che:*

- **accoglie;**
- **ascolta;**
- **accompagna** nell'esplorazione del problema che si sta vivendo;
- **promuove** l'attivazione e la riorganizzazione delle **risorse personali ...**



*"[...] l'individuo deve essere  
trattato come soggetto e non come  
oggetto; le relazioni umane sono  
relazioni da soggetto a soggetto...  
ognuno è un tu, e non un esso".  
[Carl R. Rogers]*