



FILOSOFIA

Counselling filosofico

PANORAMICA

Adatto a:

Individui
Coppie

Il counselling filosofico non è consigliabile in situazioni che comportino violenza domestica, in quanto possono essere imprevedibili e potenzialmente letali. Le persone che si trovino esposte a violenza domestica devono contattare il Numero Nazionale Antiviolenza 1522, le forze dell'ordine o un centro antiviolenza per un intervento immediato.

Formato: una sessione di 60 minuti a settimana, supporto illimitato

Durata: 5 sessioni

Molte persone si rivolgono ora ai counsellor filosofici per essere aiutati ad affrontare situazioni specifiche e a capire meglio il loro quadro di riferimento. Pur essendo laureato in filosofia e avendo una solida base di filosofia accademica, lavoro con i clienti sui problemi del mondo reale in modo pratico. Molti dei problemi della vita, infatti, derivano da qualche aspetto delle nostre convinzioni. In effetti, separare le nostre esperienze nel mondo da presupposti, opinioni, conclusioni, storie e paradigmi che portiamo con noi, consapevolmente o involontariamente, richiede quelle competenze speciali che il counselling filosofico mette in campo. Spesso l'unica cosa che possiamo cambiare in una situazione è noi stessi, ma quando cambiamo noi stessi, incredibilmente, il nostro mondo cambia. Questo è il motivo per cui gli antichi attribuivano un profondo valore all'esortazione 'conosci te stesso', poiché l'auto-conoscenza è la chiave della felicità e della crescita dell'essere umano.

Il Counselling filosofico **FILOSOFIA** è un programma di mentoring individuale progettato per aiutare i clienti a risolvere le contraddizioni e le convinzioni fuorvianti che ostacolano il loro cammino e aiutarli a identificare i passi che possono intraprendere per iniziare a vivere positivamente in tutte le aree: relazioni, qualità della vita, etica professionale, equilibrio tra lavoro e vita privata, realizzazione personale o professionale, transizione tra fasi della vita e realizzazione del proprio potenziale.

Oltre a scoprire soluzioni spesso sorprendenti anche a problemi ritenuti cronici e irrisolvibili, il Counselling filosofico **FILOSOFIA** funge anche da cornice per lo sviluppo dell'auto-conoscenza e dell'auto-conoscenza essenziali per una vita gratificante e creativa.

Una sessione di 60 minuti programmata ogni settimana:

- consente continuità e uno stimolo costante;
- fornisce il supporto per l'indispensabile lavoro autonomo;
- offre un supporto programmato per aiutare il cliente a mantenersi sul percorso intrapreso.

La necessità di supporto non è sempre pienamente soddisfatta da un programma pianificato. Per questo il Counselling filosofico **FILOSOFIA** fornisce ai propri clienti una *hotline* personale di accesso al supporto filosofico, se necessario, tra una sessione e l'altra.

BENEFICI

I benefici profondi del counselling filosofico sono ben riconosciuti. Utilizzando il metodo filosofico e tecniche appositamente sviluppate, offre un supporto per la vita di ogni giorno.

Il Counselling filosofico **FILOSOFIA** è progettato per aiutarti a:

- affrontare e risolvere le aree di contraddizione, le abitudini non esaminate e le scelte inconsapevoli che sono diventate controproducenti;
- individuare dove hai trascurato, negato o emarginato alcune importanti verità;
- liberarti dagli effetti estenuanti e potenzialmente dannosi delle contraddizioni di lunga data;
- liberarti del pensiero abituale, 'predefinito' che nasconde o ostacola le scelte migliori.

Riceverai un supporto di altissima qualità che nasce da più di 30 anni di esperienza nella consulenza e nella formazione.

COME FUNZIONA

Il Counselling filosofico **FILOSOFIA** aiuta i clienti a conoscere se stessi meglio e diventare più auto-consapevoli, a risolvere conflitti e contraddizioni interiori, a identificare scelte e direzioni migliori e, quindi, a vedere la propria vita in un modo nuovo, più illuminato e creativo.

La mia pratica è dialogica ed è basata sul colloquio. Obiettivo ultimo è di far sì che il mio cliente diventi egli stesso un filosofo in grado di applicare il metodo filosofico nella propria vita.

Il programma propone una sessione di counselling di 60 minuti ogni settimana e un supporto tra una sessione e l'altra (per telefono, skype o e-mail). Questa struttura fornisce la continuità e lo stimolo necessari per svolgere un lavoro filosofico profondo.

NON È PSICOTERAPIA

Il counseling filosofico non segue il modello terapeutico di diagnosi e trattamento, ma utilizza metodi educativi basati sulla visione del cliente come libero agente capace di un'autovalutazione onesta e di una scelta responsabile attraverso l'intuizione, la comprensione e l'auto-consapevolezza. Piuttosto che trattare le condizioni, la consulenza filosofica mira a far luce su convinzioni, assunti e paradigmi fondamentali che stanno plasmando la visione del sé e del mondo del cliente. In quanto counsellor filosofico mantengo sempre questo punto di vista peculiare, mai giudicante, senza mai assumere un punto di vista medico né clinico. Inoltre, al contrario delle pratiche psicoanalitiche che in genere comportano esplorazioni del passato del cliente, il counselling filosofico si concentra sul presente per esaminare strutture esistenziali profonde come l'autodefinizione e assunti di realtà che informano la nostra esperienza. Il counselling filosofico è un metodo educativo piuttosto che terapeutico e non fa affermazioni terapeutiche.

Rispettiamo le più rigide regole interne di confidenzialità e riservatezza e non riveleremo l'identità del cliente, le informazioni o i dettagli della sessione a terze parti.