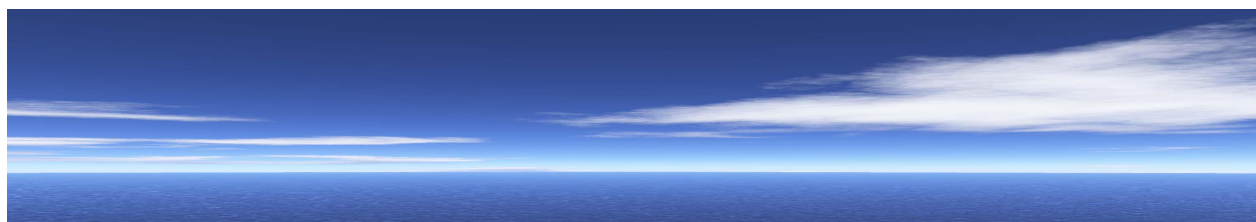


Disagio e salute: il Counseling come educazione al Benessere

Ciclo di conferenze 2009



presso

ARCI Comitato Provinciale di Macerata
Via Verdi 10/A

ANSIA, STRESS E DISTURBI DEL SONNO

14 SETTEMBRE 2009 - ore 21.30

Condizioni protratte di stress rischiano di ridurre la vitalità degli individui e di aggravare sintomatologie preesistenti. La diffusione e l'aumento statistico dei disturbi d'ansia e dei disturbi del sonno, sono la prova eclatante di un processo di esaurimento psico-fisico che colpisce molte persone. Le sfide per il benessere, oggi, si giocano dunque su questo terreno, e solo comprendere l'individuo nella sua interezza può guidare a buon fine gli interventi di prevenzione e lotta allo stress, sia nel lavoro che nella vita privata.

COUNSELING: ARTE E SCIENZA DELLA RELAZIONE DI AIUTO

1 OTTOBRE 2009 - ore 21.30

Il counseling, come intervento di facilitazione psico-sociale che si avvale di precise competenze comunicative e pedagogiche, rappresenta un ottimo strumento per migliorare la qualità dei rapporti umani e accrescere la consapevolezza relazionale delle persone.

La capacità di ascoltare attivamente l'altro, di coglierne i bisogni e di affiancarlo in un percorso consapevole di cambiamento, può essere appresa e perfezionata nel tempo. In altri termini: "Aiutare è bene. Saper aiutare è meglio!".

Gli interessati sono invitati ad intervenire

Per informazioni: Segreteria ASPIC di Ancona 0717108609