



**I Soci ASPIC** hanno la possibilità di usufruire di un ciclo di colloqui, di partecipare ai seminari ed ai gruppi di evoluzione e crescita personale.

**Destinatari:**

Tutte le persone che si trovano in una situazione di difficoltà transitoria (in famiglia, sul lavoro e nelle relazioni affettive).

Genitori, educatori, insegnanti, operatori del settore psico-socio-pegagogico.

**Finalità:**

- Offrire orientamento e sostegno;
- Favorire lo sviluppo e l'utilizzazione delle risorse personali;
- Focalizzare con chiarezza i problemi e dare maggiori possibilità di scelta all'individuo;
- Indirizzare la persona in difficoltà verso una maggiore consapevolezza;
- Attivare percorsi di sperimentazione creativa orientati allo sviluppo del Sé.

**ASPIC COUNSELING E CULTURA**  
Sede Territoriale di Cosenza  
Viale della Resistenza, 39  
87040- Castrolibero (Cs)  
[www.aspiccosenza.it](http://www.aspiccosenza.it)



L'ASPIC è stata fondata nel 1988 a Roma da E. Giusti e C. Montanari, didatti supervisor accreditati presso il Ministero MIUR e presso l'EAIP (European Association for Integrative Psychotherapy).

L'ASPIC ha attivato il primo corso di counseling in Italia. Oggi sono attive 35 sedi territoriali.. Dal 1994 ha attivato la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Umanistica Integrata, riconosciuta dal M.I.U.R.

L'ASPIC è membro fondatore dell'European Association for Counseling (EAC) e membro della British Association for Counseling (BAC) della quale recepisce il Codice Etico Deontologico e del CNCP (Coordinamento Nazionale Counselor Professionisti)

L'ASPIC, sezione territoriale di Cosenza, attraverso una rete di professionisti qualificati (Psicologi, Counsellor, Sociologi e Assistenti Sociali), promuove corsi di formazioni nell'ambito delle scienze umane e del Counselling.

Aspic Counseling e Cultura  
Sede Territoriale di Cosenza  
Viale della Resistenza, 39  
87040 Castrolibero (Cs)

Tel.: 0984-8511511  
Cell: 377-1911212  
Fax: 1782712477  
[www.aspiccosenza.it](http://www.aspiccosenza.it)



**COUNSELING E CULTURA**  
**ASSOCIAZIONE PER LO SVILUPPO**  
**PSICOLOGICO DELL'INDIVIDUO E**  
**DELLA COMUNITA'**



L'ASPIC è un'Associazione che promuove il benessere individuale, attraverso interventi che favoriscono la crescita e lo sviluppo del singolo e della collettività. Le azioni psico-educative sono orientate verso un miglioramento della qualità della vita dell'individuo per una gestione efficace delle proprie risorse.

Sede Territoriale di Cosenza  
Viale della Resistenza, 39  
87040- Castrolibero (Cs)

TEL 0984-851511 - CELL 377-1911212—FAX 1782712477  
Mail: [aspic.cosenza@gmail.com](mailto:aspic.cosenza@gmail.com)  
[www.aspiccosenza.it](http://www.aspiccosenza.it)



COSENZA

*Servizi  
offerti*



### **Counseling Psicologico**

E' uno spazio d'ascolto individuale, informativo e di supporto, circoscritto nel tempo le cui finalità sono il recupero ed il mantenimento del proprio equilibrio personale.

- Offre un intervento che promuove una migliore gestione delle proprie risorse;
- Favorisce una visione più completa di Sé e della realtà circostante;
- Promuove la ricerca di scelte consapevoli;
- Rafforza le proprie competenze relazionali e comunicative;
- Sostiene l'individuo in situazioni stressanti e/o di conflitto.

### **Gruppi di evoluzione e crescita personale**

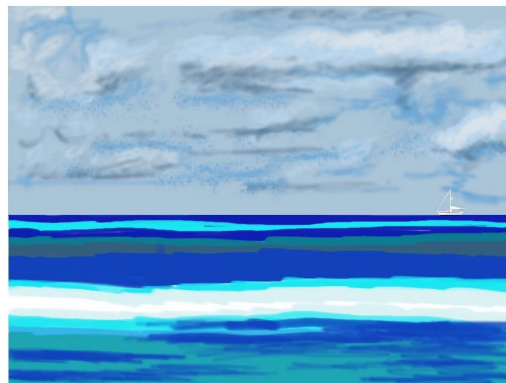
Il gruppo di evoluzione e crescita personale è uno strumento per un cambiamento efficace da considerare come un "laboratorio in vivo" dove l'individuo si sperimenta nella ricerca di soluzioni alternative ed efficaci ai problemi.

**Obiettivo** del gruppo è quello di migliorare la Qualità della Vita attraverso una maggiore consapevolezza di Sé e del proprio modo di relazionarsi con gli altri.

#### **A chi si rivolge:**

- A chi vuole migliorare i rapporti interpersonali e le capacità comunicative
- A chi vuole potenziare la sua autostima
- A chi vuole esplorare i propri sentimenti
- A chi vuole migliorare la gestione di ansie e stress
- A chi vuole imparare ad affrontare i conflitti di ogni giorno in modo più efficace
- A chi vuole trovare soluzioni a disagi esistenziali.

Gli incontri hanno la durata di 2 ore e si svolgono ogni 15 giorni.



**"Non aspettare il momento giusto: crealo" (G.B. Shaw)**

### **Attività Seminari**

I seminari rappresentano un momento di apprendimento e confronto su temi specifici che favoriscono la conoscenza di Sé e lo sviluppo di competenze relazionali. Seminari programmati fanno riferimento alle seguenti aree:

1. La comunicazione efficace;
2. Empowerment e autostima;
3. Le relazioni intime;
4. Sostegno alla genitorialità;
5. Dinamiche relazionali dei figli unici;
6. La creatività come espressione del Sé;
7. Problem solving e la soluzione dei conflitti;
8. La promozione di Sé, delle proprie risorse personali e professionali;
9. Gestione degli stati emotivi.

---

Aspic Counseling e Cultura  
Sede Territoriale di Cosenza  
Viale della Resistenza, 39  
87040 Castrolibero (Cs)

Tel.: 0984-8511511  
Cell: 377-1911212  
Fax: 1782712477  
[www.aspiccosenza.it](http://www.aspiccosenza.it)