



# COUNSELING DAY

21 OTTOBRE

## Evento

Emozioni e Cambiamento: navigare con successo nell'incertezza

## Descrizione

Workshop introduttivo al Counseling e al mondo delle emozioni. Cambiamento e incertezza sono fenomeni quotidiani ma ciò nonostante provocano emozioni che possono essere anche di difficile gestione o accettazione. Grazie alle tecniche del counseling e alla magistrale ricerca di Susan David, psicologa e ricercatrice sudafricana, è possibile imparare a navigare con consapevolezza e agilità funzionale al proprio equilibrio.

Durante il seminario saranno affrontati i seguenti argomenti:

- Emozioni e agilità emotiva
- Cambiamento: reazioni e resistenze
- Il Counseling e le sue potenzialità per sviluppare consapevolezza
- Perché intraprendere un percorso di Counseling

## Luogo e orario

E-Skill srl via Milanese 20 Sesto san Giovanni (MI)  
21 ottobre 9.30-13.00 circa

## Professionisti

Guido Battistini, professional counselor  
Tiziana Mazzetti, professional advanced counselor

## Info e prenotazioni

Guido Battistini 3392522203  
Tiziana Mazzetti 3393192000

Counseling Day: una iniziativa promossa da

**AssoCounseling**  
*Associazione Professionale di Categoria*

Scopri tutti gli eventi su [www.counselingday.it](http://www.counselingday.it)