

PRESENTAZIONE PROFESSIONALE



STEFANIA NORDERA

Professional
Counselor

Iscrizione
REG-A23083-2023

Mi chiamo Stefania Nordera e sono un counselor. E faccio counseling.

Ho frequentato il Master triennale ASPIC Gestalt Counseling che propone il percorso formativo secondo un Modello Pluralistico Integrato che trae le sue origini dalla Fenomenologia e dalla Psicologia Umanistica, ricercando una prospettiva adatta alle esigenze del cliente 'tagliata su misura', volta ad accrescere il potenziale attualizzante della persona.

Secondo la Fenomenologia è importante rivolgere l'attenzione ai processi, al come, a comprendere i fenomeni anziché spiegarli; primario, fra tutti, diventa il processo del divenire, che si attualizza nella realizzazione della persona che riconosce e usa responsabilmente la sua libertà; pone attenzione a ciò che la persona sente, vive e sperimenta e sul senso che tutto questo assume per lei.

I due orientamenti di tipo Umanistico-Esistenziale, l'Approccio Centrato sul Cliente di Carl Rogers e la Terapia della Gestalt introdotta da Fritz Perls, hanno l'obiettivo di far sperimentare e non solo di far raccontare, integrando la teoria con i momenti esperienziali e con le metodologie applicative.

Il modello comprende, inoltre, l'Analisi Transazionale, il Cognitivismo, l'Approccio Biofunzionale corporeo, la PNL e il Modello Sistemico.

Ho inoltre una preparazione specifica e in continuo aggiornamento, nell'ambito relazionale di coppia, di gruppo e LGBTQIA+ (sigla che uso per comprendere tutte le forme di orientamento sessuale non eterosessuale e non monogamo) e nell'analisi avanzata della comunicazione non verbale con la tecnica Facial Action Coding System (FACS).

Perché il counseling

Il counseling è stato ed è, per me, un'esperienza e uno spazio privilegiato, esclusivo e delicato. Mi piace descriverlo così. Perché è un posto dove io ho potuto e posso, continuare liberamente a riconoscermi e a fare amicizia con me; dove migliora il mio modo di comunicare con me stessa, con le altre persone e anche con il mio ambiente; questo mi aiuta a essere sempre più consapevole di me e quindi di ascoltarmi e di scegliere cosa mi sento di fare o di non fare, di individuare più chiaramente i miei obiettivi e lavorare sul modo per raggiungerli o di trovare soluzioni creative ai problemi. E come valore aggiunto, molte volte questo avviene con strumenti creativi e perfino divertenti. Anche se la parte che mi affascina di più, è che questo è un processo che avviene con un ritmo assolutamente naturale: il mio!

In uno spazio di ascolto e auto ascolto come questo, lavorare su sé stessi con impegno, passione e fiducia diventa un'abitudine vincente. Bisogni e desideri sono il fondamento stesso dell'essere umano e la possibilità di soddisfarli è parte essenziale del benessere individuale. Grazie alle emozioni, le armi più potenti che ognuno di noi possiede, è possibile ottenere una realtà più felice, produttiva e soprattutto coerente con i nostri valori.

CONTATTI

Telefono:
3336426378

Email
stefania.nordera4counseling@gmail.com

Studio
Verona

INFORMAZIONI

Data di pubblicazione: 22/03/2023 | Data di revisione: \ | Indice di revisione: 0

La/Il titolare di questa presentazione professionale, pubblicata online sul sito www.assocounseling.it, è garante in via esclusiva della correttezza e della veridicità dei dati e delle informazioni in essa riportate e del loro eventuale e puntuale aggiornamento. Ella/Egli è dunque la/il diretta/o ed unica/o responsabile dei contenuti indicati.

AssoCounseling
Associazione Professionale di Categoria

Ho toccato con mano che, sia livello personale sia a livello professionale, avere delle relazioni di qualità e di fiducia con me stessa e con gli altri, mi aiuta ad essere a mio agio in qualsiasi contesto. Il passo successivo è stato accorgermi che farmi capire mi aiuta a creare un legame dove 'io sto bene e anche tu stai bene' e che, in questo modo, può cambiare la mia visione della vita.

Questo è il motivo per cui mi interesso di comunicazione e di relazioni e con il counseling, offro uno spazio sicuro e non giudicante dove ognuno possa essere liberamente e serenamente sé stesso, per poterlo poi essere anche nella vita di tutti i giorni.

Valori

- L'accettazione incondizionata nell'accogliere la persona così com'è, rispettando le singole peculiarità e differenze, come sinonimo di libertà e rispetto.
- La solidarietà e il senso di appartenenza che creano e alimentano relazioni di condivisione e cooperazione.
- L'educazione come cammino di crescita nel quale apprendere qualcosa di nuovo e farlo proprio, qualcosa di cui prima non si sospettava l'esistenza, qualcosa di utile e funzionale ad un qualche miglioramento esistenziale.
- La consapevolezza come processo di armonizzazione tra emozioni, pensieri e sensazioni, punti deboli e punti di forza.
- La coerenza come mezzo efficace per rendersi pienamente consapevoli delle proprie convinzioni.
- La comunicazione efficace, l'assertività, l'autostima e la responsabilità come strumenti per migliorare la qualità della vita, rispondendo a un bisogno naturale, espressivo, tipico dell'essere umano.

Mission

L'integrazione delle parti della persona, avviene secondo i criteri della flessibilità, dell'apertura, del dinamismo, della ricerca in itinere e della valutazione costante del percorso del cliente con l'intento di offrire percorsi specifici sulla base dei diversi bisogni del cliente.

Come counselor osservo a livello fenomenologico quello che accade nel qui ed ora e nel rispetto dei bisogni emergenti, valuto il tipo di tecnica da utilizzare realizzando un piano personalizzato sulle specifiche esigenze, caratteristiche, limiti e risorse della persona. Sto nella relazione in modo autentico, aperto e flessibile, intervenendo creativamente, adattandomi di volta in volta alla persona che ho davanti.

Vision

Mi fido del potenziale evolutivo dell'essere umano e ne agevole l'espressione aiutando e accompagnando chi ha voglia di scoprire, conoscere e far crescere il suo, attraverso l'ascolto e la ricerca degli ingredienti di cui ognuno di noi è composto.

Se quello che ho scritto ti risuona, possiamo incontrarci in presenza a Verona e ovunque online.

CONTATTI

Telefono:
3336426378

Email
stefania.nordera4counseling@gmail.com

Studio
Verona

INFORMAZIONI

Data di pubblicazione: 22/03/2023 | **Data di revisione:** \ | **Indice di revisione:** 0

La/Il titolare di questa presentazione professionale, pubblicata online sul sito www.assocounseling.it, è garante in via esclusiva della correttezza e della veridicità dei dati e delle informazioni in essa riportate e del loro eventuale e puntuale aggiornamento. Ella/Egli è dunque la/il diretta/o ed unica/o responsabile dei contenuti indicati.

AssoCounseling
Associazione Professionale di Categoria