



# ALESSANDRA FRENZA

Professional  
Counselor

Iscrizione  
REG-A3480-2025

## CONTATTI

---

Telefono:  
3287577670

Email  
[alessandra.frenza@gmail.com](mailto:alessandra.frenza@gmail.com)

Web  
[www.alessandrafrenza.com](http://www.alessandrafrenza.com)

## PRESENTAZIONE PROFESSIONALE

Mi chiamo Alessandra e sono una Counselor a indirizzo psico-corporeo relazionale e una sociologa specializzata nell'ambito della violenza di genere e delle relazioni.

Svolgo attività di:

- Counseling individuale
- Counseling di coppia
- Counseling in gruppi di riflessione ed empowerment
- Counseling aziendale per migliorare il clima e il benessere aziendale anche in ottica di genere
- Attività di formazione

Nel mio lavoro con le persone e i gruppi integro gli strumenti e le abilità del counseling con una visione olistica della persona, che coinvolga sia il contesto sociale e culturale di riferimento che la corporeità e il modo in cui ognuna e ognuno di noi vive e sperimenta emozioni, stati d'animo ed esperienze.

Metto al centro le persone e le loro esperienze, per poter aiutarle con empatia, ascolto e creatività a superare momenti di difficoltà o di crisi e accompagnarle in un percorso di crescita e di consapevolezza.

## INFORMAZIONI

---

**Data di pubblicazione:** 28/01/2025 | **Data di revisione:** \ | **Indice di revisione:** 0

La/Il titolare di questa presentazione professionale, pubblicata online sul sito [www.assocounseling.it](http://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