**Coaching psicologico individuale**

**Contenuti e obiettivi del corso**

Aiutare la persona a definire i propri obiettivi, individuare le strategie per raggiungerli e implementare piani concreti per porli in essere.

Supportare le persone nel passare dal presente al futuro desiderato stimolandolo con un approccio maieutico ad attivare le proprie risorse: in questo senso è un vero e proprio allenamento alla resilienza.

Il valore aggiunto di questa consulenza è che è fornita da un professionista psicologo il che permette, da un lato, di poter far riferimento a strumenti e riferimenti teorici scientifici ufficiali e, dall’altro, di affrontare con competenza anche i processi di blocco che spesso caratterizzano i percorsi di coaching.

A questo proposito si agisce sugli stessi utilizzando lo humor coaching, un insieme di tecniche e strumenti che si fondano sull’utilizzo dell’umorismo e che permettono di ridimensionare i processi limitanti alleggerendo la persona aiutandola a far emergere il proprio talento. Anche tale aspetto trova un fondamento scientifico, nella psicologia dell’umorismo.

**A chi è rivolto?**

Persone per fasce di età superiori ai 14 anni,

**Consulente**

Luca Lombardni (link al sito internet del professionista o breve video di presentazione)

**Modalità e ore**

4 incontri da un'ora.

**Costo**

250,00 € + IVA

**Modalità di Pagamento**

Il pagamento deve essere effettuato al momento dell’iscrizione per tutte le ore previste dal programma. Non verranno effettuati rimborsi in caso di mancata partecipazione.

M**odalità di erogazione**

ON-LINE piattaforma zoom