

Elena Arrenghini

Counselor filosofica, formatrice e consulente aziendale, docente presso SAFICOF (Scuola di Alta Formazione in Counseling Filosofico).

Accompagno le persone a chiarificare attraverso l'uso che fanno delle parole, i loro pensieri, le emozioni e i bisogni che vivono. Avere chiarezza del proprio dialogo interiore è il primo passo per relazionarsi in modo autentico con se stesse e gli altri. La comunicazione è il ponte tra noi e il mondo e la qualità delle nostre relazioni dipende dalla consapevolezza che abbiamo di cosa comunichiamo e di come lo facciamo.

Ho integrato gli studi di filosofia del linguaggio con percorsi olistici di Medicina Tradizionale Cinese e di ThetaHealing poiché ho compreso che siamo un "Tutto inscindibile" fatto di mente, corpo e anima e che la consapevolezza è più ampia della semplice comprensione: per cambiare non basta avere le informazioni giuste, è necessario incarnarle con azioni trasformanti.

OBIETTIVI

Favorire percorsi di crescita personale e professionale, fornendo strumenti per agire i cambiamenti anziché subirli.

Rafforzare le abilità personali ed ampliare la capacità di vedere le cose da più punti di vista per comprenderle e gestirle al meglio.

Migliorare le relazioni, trasformando il proprio modo di comunicare ed i comportamenti ad esso correlati.