



Centro di formazione in linea con la Legge del 14 gennaio 2013, n.4  
Iscritto all'Associazione di Categoria AssoCounseling - n.A0714

## Incontrare se stessi... per incontrare l'altro

Ogni viaggio inizia con un passo,  
ogni incontro inizia con due passi,  
ogni relazione è una danza...in punta di piedi

i-counseling®

Partner scientifici





ARGANTE

Progetti di Formazione  
accreditati e certificati

i-counseling®

## Incontrare se stessi... per incontrare l'altro

Come afferma l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) esiste una connessione cruciale tra salute e "life skills", o, meglio, tra i processi di salutogenesi e le abilità per un comportamento adattivo e positivo che rendono gli individui capaci di affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana. Le Life skills sono l'insieme di abilità personali e relazionali che servono per governare i rapporti con il resto del mondo e per affrontare positivamente la vita quotidiana. La mancanza di tali skills socio-emotive può causare l'instaurarsi di comportamenti negativi e non efficaci in risposta agli stress. Il "nucleo fondamentale" delle skills of life è costituito dalle seguenti abilità e competenze:

- 1- Decision making: competenza che aiuta ad affrontare in maniera costruttiva le decisioni nei vari momenti della vita.
- 2- Problem solving: questa capacità, permette di affrontare i problemi della vita in modo costruttivo.
- 3- Pensiero creativo: agisce in modo sinergico rispetto alle due competenze sopracitate, mettendo in grado di esplorare le alternative possibili e le conseguenze che derivano dal fare e dal non fare determinate azioni.
- 4- Pensiero critico: è l'abilità ad analizzare le informazioni e le esperienze in maniera obiettiva.
- 5- Comunicazione efficace: sapersi esprimere, sia sul piano verbale che non verbale, con modalità appropriate rispetto alla cultura e alle situazioni.
- 6- Capacità di relazioni interpersonali: aiuta a mettersi in relazione e a interagire con gli altri in maniera positiva, riuscire a creare e mantenere relazioni amichevoli che possono avere forte rilievo sul benessere mentale e sociale.
- 7- Autoconsapevolezza: ovvero sia riconoscimento di sé, del proprio carattere, delle proprie forze e debolezze, dei propri desideri e delle proprie insofferenze.
- 8- Empatia: è la capacità di immaginare come possa essere la vita per un'altra persona anche in situazioni con le quali non si ha familiarità.
- 9- Gestione delle emozioni: implica il riconoscimento delle emozioni in noi stessi e negli altri.
- 10- Gestione dello stress: consiste nel riconoscere le fonti di stress nella vita quotidiana, nel comprendere come queste ci "tocchino" e nell'agire in modo da controllare i diversi livelli di stress.

L'obiettivo primario della formazione alle relazioni efficaci è quello di sviluppare queste abilità basilari ed innate dell'essere umano. Troppo spesso queste capacità sono "addormentate" dai ritmi esistenziali a cui ci sottoponiamo. Incontrare se stessi per scoprire come poter incontrare nuovamente l'altro attraverso la formazione e il potenziamento del proprio naturale "bagaglio esistenziale"



Progetti di Formazione  
accreditati e certificati

i-counseling®

## **Antonello D. Mallamo e ARGANTE**

Sono nato e cresciuto a Bologna, ho 42 anni e sono un Counselor Formatore. Per quasi 15 anni mi sono occupato di prevenzione del disagio e promozione del “ben-essere” per le politiche giovanili del territorio di Bologna e provincia. Dopo essermi formato al counseling presso l’A.S.P.I.C di Roma (Associazione per lo Sviluppo Psicologico dell’Individuo e della Comunità fondata nel 1988 da Edoardo Giusti e Claudia Montanari) ed aver collaborato con diverse associazioni, scuole, enti di formazione, strutture pubbliche e private nello sviluppo progetti per il sostegno e la crescita di adulti e adolescenti mi sono trasferito a Napoli dove ho vissuto per sette anni. Tutt’ora a svolgo, tra Napoli e Bologna, l’attività di counselor professionista e di formatore in ambito privato, aziendale, sociale e dell’orientamento. Dal 2008 in qualità di Vicepresidente dell’Associazione ASPIC Counseling e Cultura di Napoli e Avellino (consociata A.S.P.I.C.) coordino, insieme ad altri colleghi, percorsi formativi e di counseling e coaching.

Nel 2013 è nato il progetto ARGANTE per rispondere alle nuove sfide iniziate con l’approvazione della Legge n°4 del 14 gennaio 2013. La legge promuove e delinea i criteri di tutte le realtà professionali che da anni operano sul mercato e che non sono organizzate in ordini o collegi professionali. Da questi presupposti la necessità di investire sulla creazione di un profilo professionale moderno e coerente sia con i criteri del legislatore sia con il bisogno di “buone pratiche” per lo sviluppo della professione del counselor. Inoltre sono stati creati e depositati due marchi “i-counseling®” e “i-coaching®” e tale investimento corrisponde al bisogno di identificare un modello di formazione integrata e coerente con il counseling ed i suoi sviluppi attuali.