

PACCHETTO ReStart



RAGGIUNGI I TUOI OBIETTIVI, RIPARTENDO DA TE

Immagina di ripartire con chiarezza verso i tuoi obiettivi, che siano **personali, professionali o relazionali**: attraverso queste sessioni potrai comprendere da dove ricominciare e come farlo. Sarai sostenuto da un ascolto empatico e attento, imparando a valorizzare i tuoi punti di forza e il tuo potenziale nascosto - o bloccato -, **trasformando ogni crisi in un'opportunità**. Questo pacchetto è pensato per chiunque senta il bisogno di una **svolta** dopo un periodo di incertezza o confusione, di cambiare un **atteggiamento mentale** o di affrontare al meglio le **sfide** quotidiane.



IN COSA CONSISTE IL PACCHETTO?



PRIMO COLLOQUIO CONOSCITIVO

Incontro con la psicologa per delineare le esigenze e gli obiettivi del percorso.



PERCORSO DI COACHING INDIVIDUALE

Il percorso prevede 6 sedute individuali con la life coach attraverso cui svilupperete strumenti

ALCUNE INFORMAZIONI

A chi è destinato?	Il pacchetto è rivolto a chi desidera comprendere meglio i propri vissuti emotivi, identificare le fonti della propria ansia e sviluppare strategie interiori per gestirla. Indicato per adolescenti e adulti che vogliono prendersi cura del proprio benessere mentale e favorire maggiore serenità.
Cosa otterrai?	<ul style="list-style-type: none">✓ Maggiore consapevolezza delle tue capacità e risorse✓ Maggiore consapevolezza dei tuoi schemi emotivi e relazionali✓ Strategie interiori per gestire l'ansia e favorire il benessere emotivo
In che modalità?	Le modalità che offriamo sono sia online, in videochiamata, o dal vivo, nel nostro centro.

COSTO



CONTATTACI!



INDIRIZZO	Via Antonino Toscano 39, Fiumicino, 00054
CELLULARE	3515014334
SITO WEB	www.kosei.it
E-MAIL	info@kosei.it

