

Mara Gabriella Mancina

Professional Advanced Counselor

Iscritto con il numero A0427

PRESENTAZIONE



“Bisogna essere in due per dire la verità: uno che la dica e l'altro che l'ascolti”. Questa è una frase di H. David Thoreau che ho scelto per il mio biglietto da visita perché ci ritrovo molto della mia professione. Sono un Counselor a indirizzo umanistico-esistenziale diplomata nel 2009 al Crea di Milano dopo un triennio di formazione e un tirocinio presso lo studio medico-psicologico La Nave del Sole

specializzato in trattamento delle dipendenze dove mi hanno formato sui problemi della personalità e mi hanno coinvolto nella conduzione dei gruppi di dipendenti (attività che poi ho continuato) e nella supervisione delle persone in carico allo studio con lo psicoterapeuta dott. Verrilli e lo psichiatra dott. Mapelli.

Cosa significa counselor a indirizzo umanistico-esistenziale?

Vuol dire che presto particolare attenzione ai temi della psicologia umanistica e della filosofia esistenzialista quali la consapevolezza di Sé, la libertà interiore, la creatività, l'amore, il flusso di coscienza, la responsabilità e la dimensione etica insita in ogni individuo.

Personalmente, ho lavorato nel passato su me stessa con una psicoterapia certificata di tipo cognitivo-comportamentale, ho frequentato gruppi di auto-aiuto dei 12 Passi per anni e mi sono poi ritrovata nei principi della Psicosintesi e attratta dalla metodologia dell'Analisi Transazionale, per questo scelsi il Crea come scuola di counseling umanistico-esistenziale e tuttora applico questi indirizzi nella mia attività (nella mia tesi di counseling ho analizzato e ipotizzato una parziale corrispondenza tra il percorso di crescita personale proposto dalla Psicosintesi e il Programma dei 12 Passi).

Ho praticato meditazione Vipassana con il maestro Flavio Pelliconi e scoperto i suoi grandi benefici, attualmente mi sto interessando all'approccio di SE (Somatic Experience) e provo una grande passione per la Biodanza che considero terapeutica e la pratico settimanalmente con la maestra Viviana Geron.

Sono una grande sostenitrice dei gruppi di auto-aiuto che adottano il programma dei 12 Passi per le dipendenze (quelle da sostanze, da comportamenti e anche quella emotiva e relazionale): in America esiste una formazione specifica di counseling chiamata Minnesota Model che nacque proprio in questo

MARA GABRIELLA MANCINA			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	01/12/2011	DATA REVISIONE	14/01/2021	INDICE REVISIONE	REV. 1

ambito. Faccio parte dell'associazione dei professionisti Focus 12 Passi e propongo la frequenza di questi gruppi ai miei clienti, quando pertinente alla problematica individuale, in parallelo con il percorso di counseling.

Ho svolto la mia attività di counseling, oltre che nell'ambito privato, all'associazione Progetto Itaca, una grande organizzazione che si occupa di disagio mentale. Qui, insieme ad altri colleghi counselor e con la supervisione del prof. Luigi Tacchini, medico psichiatra responsabile del Day Hospital psichiatrico del Policlinico di Milano, abbiamo creato un piccolo gruppo, Itacounseling, nel quale ho tenuto, dal 2012 al 2019, colloqui orientativi e di sostegno per i familiari delle persone con disturbi psichiatrici e di accompagnamento alla cura per le persone stesse.

Ho realizzato la mia vocazione di Counselor nel 2010 dopo un'importante carriera pubblicitaria come copywriter e poi direttore creativo internazionale nel campo dell'immagine e della comunicazione. Per le mie competenze professionali sono stata, fino al 2009, docente a contratto all'Università Statale di Milano nella facoltà di Lettere e Filosofia, corso in Scienze della Comunicazione, nella materia "Tecniche e teorie della comunicazione pubblicitaria e della promozione d'immagine": per questo insegnamento ho scritto un libro edito da Franco Angeli, una biografia umana e professionale sul più riconosciuto creativo pubblicitario mondiale e sul movimento etico-creativo che portò a cambiare la concezione e la struttura creativa pubblicitaria nell'America degli anni '60 "Bill Bernach e la rivoluzione creativa".

Questo arricchisce la mia attuale professione di una particolare esperienza e sensibilità verso le dinamiche della comunicazione e dell'immagine, che sono fondamentali per realizzare relazioni efficaci con sé stessi e con gli altri: uno dei tanti temi da affrontare nella crescita verso l'autorealizzazione.

Attualmente ricevo i miei clienti nello studio medico di via San Gimignano 2/1 a Milano dove si incontrano, in un mix insolito, 3 medici di base con 2 osteopati, una dietologa, una nutrizionista, una psicoterapeuta e la sottoscritta. Ricevo da anni anche nello studio di Psicoterapia e Medicina per il Trattamento Integrato della Depressione e dei Disturbi d'Ansia fondato e coordinato dallo psichiatra Enrico Bessone: sono stata una delle prime counselor a far parte di uno staff di 7 psicoterapeuti a diversi indirizzi.

Nel 2020 ho allestito anche uno studio accanto a casa e mi sono abituata ad usare la modalità a distanza per gli incontri, causa le problematiche Covid: questo mi ha portato a sviluppare nuovi rapporti a distanza difficilmente immaginabili prima. La pandemia ha così stimolato una nuova modalità di relazione di counseling da mettere in gioco se il cliente, la situazione e le tematiche lo richiedono e lo permettono allo stesso tempo. E questo rimarrà anche quando avremo superato il problema attuale.

MARA GABRIELLA MANCINA			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	01/12/2011	DATA REVISIONE	14/01/2021	INDICE REVISIONE	REV. 1

Contatti

Tel.: 3497146504

Email: maramancina@gmail.com

Sito web: www.maramancina.it

Linkedin: <https://www.linkedin.com/in/mara-mancina-271699108/>

Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100014621887439>

MARA GABRIELLA MANCINA			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	01/12/2011	DATA REVISIONE	14/01/2021	INDICE REVISIONE	REV. 1