

Elena Zecca

Professional Counselor

Iscritto con il numero A0433

PRESENTAZIONE



Il desiderio di **ri-scoprire** prima di tutto me stessa, per prendermi cura di me e delle mie relazioni, mi hanno portato a questa nuova professione. Ho sempre coltivato la mia spiritualità attraverso la scrittura che mi ha accompagnata nella mia evoluzione. Appassionata dell'incontro con gli altri, per il piacere di incrociare uno sguardo e ascoltare una storia, ho avuto la gioia di diplomarmi nel 2010 in "Counseling e le professioni di aiuto" presso il Centro Berne Istituto di Psicoterapia e Counseling di Milano. Durante il percorso triennale, con approccio Analitico Transazionale e Gestaltico, ho scoperto finalmente il piacere di lavorare. Nel 2018 ho conseguito il "Master in Counseling Familiare e dell'età evolutiva" presso il Centro di Psicologia di Milano. Attualmente sono iscritta all'Università nella facoltà di Scienze dell'educazione.

Sono autrice, come libera professionista, di **percorsi di counseling individuali e di gruppo** in ambito sociale, utilizzando le tecniche acquisite, basate sul "qui ed ora". L'obiettivo é quello di **esserci in modo autentico** come presenza per accogliere e sostenere l'altro nella relazione d'aiuto. **Creare un'alleanza** in una relazione significativa, in uno scambio di fiducia e rispetto per potersi sperimentare senza paura di valutazioni e giudizio. Così come ho imparato nella mia vita, un momento di crisi può trasformarsi in opportunità favorendo lo **sviluppo personale** e la propria **evoluzione**. Possiamo quindi accrescere la **conoscenza** e quindi la **consapevolezza** di noi stessi; migliorare la relazione e comunicazione intra-personale e inter-personale; sviluppare l'intelligenza emotiva; promuovere l'autonomia in relazione al proprio ambiente scoprendo le proprie **potenzialità** per migliorare i processi decisionali e soprattutto per **ri-trovare** la **gioia** e il **piacere nella vita quotidiana**.

Contatti

Cell. +39 3771902113

Email: e.zecca1@gmail.com

| | | | | | |
|----------------|------------|----------------|------------|------------------|--------|
| ELENA ZECCA | | CURRICULUM | | | |
| DATA EMISSIONE | 12/12/2011 | DATA REVISIONE | 18/02/2020 | INDICE REVISIONE | REV. 1 |