

Anna Cuva
Professional Counselor
Iscritto con il numero A0960

PRESENTAZIONE



Mi chiamo Anna Cuva e sono nata a giugno del 1964. Dopo una esperienza ventennale come manager di una grande azienda italiana, inizia la mia seconda vita professionale dedicata a ciò che amo veramente fare nella vita: dare un contributo al benessere delle persone. Nel 2008 ho ottenuto il diploma in Naturopatia Olistica presso la scuola AICTO di Anguillara Sabazia.

A dicembre 2010 ho conseguito il diploma di Mindfulness Counselor presso l'Istituto Mindfulness Project di Milano.

Nel 2012 ho completato il percorso di formazione di base in Ascolto e Focusing con i trainer del "The Focusing Institute di New York.

A giugno 2013 ho frequentato il modulo MBSR in Mind-Body Medicine: 7-Day Residential Training condotto da Jon Kabat Zinn e Saki Santorelli.

Ad ottobre 2014 ho partecipato al programma MBSR di 8 settimane organizzato dalla Facoltà di Psicologia dell'Università La Sapienza di Roma.

A maggio 2015 ho frequentato il Milionaire Mind Intensive di T.H. Eker.

Nel 2016 ho frequentato il percorso Quantum Leap della scuola di T.H. Eker e ho frequentato il percorso Fly della HRD di Roberto Re.

Nel 2017 ho frequentato la Academy della HRD di Roberto Re.

A marzo 2017 ho partecipato al programma Energy Training di Francesca Cillo.

Nel 2019 ho iniziato percorsi di coaching con Erica Holland e Dario Martinis e Andrea Bruno il cui lavoro è ispirato ai 3Principi di Sidney Banks.

A gennaio 2020 lancio il percorso #7settimanexriconnettertialcuore dedicato alle donne che soffrono di dipendenza affettiva.

Nel 2020 ho iniziato il Master triennale in scienze psicologiche indovediche presso il Centro Studi Bhaktivedanta.

Nell'ultimo anno il mio lavoro é particolarmente focalizzato sulle donne che si trovano incredibilmente impantanate in relazioni affettive tossiche e le aiuto ad uscire dalla gabbia della dipendenza per iniziare a vivere relazioni autentiche con sé stesse e con gli altri.

| ANNA CUVA | | CURRICULUM | | | |
|----------------|------------|----------------|------------|------------------|--------|
| DATA EMISSIONE | 07/01/2013 | DATA REVISIONE | 01/03/2021 | INDICE REVISIONE | REV. 1 |

Sono una counselor esperta e appassionata di amore, relazioni e spiritualità che ha già accompagnato numerose donne ad essere felici con relazioni sane e durature.

Vivo a Roma, ma lavoro in tutta Italia in modalità online.

Sono presente sui principali social tra cui Facebook e YouTube.

Qui di seguito ci sono i link ad alcuni video in cui si comprende il mio pensiero e in che modo posso essere di aiuto:

- Come smettere di pensare a LUI: https://youtu.be/Pg_-3PmB3SQ
- Come lasciare un amore tossico: <https://youtu.be/qSvkDNPULnU>
- Cosa fare quando non ti senti rispettata: <https://youtu.be/trYYRTP6ju8>

Inoltre ho un gruppo FB GRATUITO con molte lezioni, dirette ed esercizi in cui insegno come realizzare CONSAPEVOLEZZA e DISTACCO EMOTIVO per trovare la FELICITÀ.

Per entrare questo è il link per accedere: <https://bit.ly/trovalafe>

| | | | | | |
|----------------|------------|----------------|------------|------------------|--------|
| ANNA CUVA | | CURRICULUM | | | |
| DATA EMISSIONE | 07/01/2013 | DATA REVISIONE | 01/03/2021 | INDICE REVISIONE | REV. 1 |