

Laura Fizzotti

Professional Counselor

Iscritto con il numero A1440

PRESENTAZIONE PROFESSIONALE



Sono counselor a orientamento umanistico-esistenziale-psicosintetico, diplomata presso la scuola Crea, laureata in Economia aziendale ed insegnante Yoga.

La tesi che ho discusso per il diploma di counseling, dal titolo “ Counseling e respiro vitale: un possibile percorso alla scoperta del nostro sentire e del nostro Sé”, è stata l’occasione per fare sintesi di esperienze e competenze professionali che negli anni hanno spaziato in ambiti variegati: dalla laurea in economia,

all’attività di consulenza in ambito organizzativo e di gestione risorse umane; da una passione, lo yoga, al suo insegnamento; dalla ricerca personale di un senso profondo dell’esistere con un percorso di studio e di pratiche concentrate su una visione olistica e spirituale (karma yoga); fino ad approdare al counseling.

Le competenze che ho sviluppato quindi negli anni mi portano a proporre interventi di counseling individuale e di gruppo sia in ambito privato che organizzativo-aziendale con l’obiettivo di fornire un aiuto professionale agli altri partendo, non solo da un percorso di studio ma anche da quanto appreso su di me.

Negli interventi di counseling propongo anche l’affiancamento di tecniche che portino a sviluppare una maggiore consapevolezza e visione integrata tra mente-corpo-spirito, quali metodi di concentrazione e meditazione, visualizzazioni guidate, tecniche di respiro derivate dalla mia competenza di insegnante yoga; queste tecniche e metodi possono utilmente affiancarsi a percorsi di counseling per affrontare problematiche legate alla gestione dello stress, burnout, demotivazione in abito lavorativo e personale, gestione di emozioni, difficoltà relazionali. Tutto con l’obiettivo di aiutare le persone a migliorare la qualità della vita, scoprendo e utilizzando i propri punti di forza e le proprie capacità di risoluzione.

Per interventi di counseling in forma privata opero in prevalenza presso l’Associazione Namaste (via Oxilia 5, Novara) che ho fondato e dove conduco incontri individuali e percorsi di gruppo per la crescita personale.

Per interventi in ambito organizzativo-aziendale sviluppo progetti che vengono articolati in base alle diverse esigenze sia a supporto individuale che di gruppo. Le esperienze che ho maturato negli anni mi

LAURA FIZZOTTI			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	15/07/2014	DATA REVISIONE	\	INDICE REVISIONE	REV. 0

portano ad avere una visione sistemica sia del contesto organizzativo che delle dinamiche e difficoltà individuali-relazionali che si attivano nelle situazioni lavorative.

L'intento è di favorire il ben-essere delle persone nell'ambiente lavorativo e migliorare il clima aziendale.

Tra gli interventi a titolo esemplificativo possono rientrare:

- percorsi formativi esperienziali per sviluppare capacità relazionali, comunicative e di gestione di situazioni complesse, conflittuali e per la gestione di risorse umane;
- percorsi formativi-esperienziali per il miglioramento del lavoro in team, per lo sviluppo del senso di appartenenza e la finalizzazione verso obiettivi e valori condivisi di gruppo;
- avvio e implementazione di "sportelli di ascolto individuali" per permettere alle persone che operano in sistemi organizzativi di avere spazi protetti dove poter esprimere, comprendere e trovare soluzioni in eventuali momenti di difficoltà lavorativa.

I settori aziendali in cui opero sono diversi nel profit e no-profit; in particolare propongo interventi di counseling in ambito educativo-scolastico, per studenti-adolescenti, insegnanti e personale interno.

LAURA FIZZOTTI			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	15/07/2014	DATA REVISIONE	\	INDICE REVISIONE	REV. 0