

Enrica Jalongo

Professional Counselor

Iscritto con il numero A2274

PRESENTAZIONE PROFESSIONALE



Sono nata il 22 dicembre 1959 a Milano, vivo e lavoro tra Monza e Biassono (MB).

Dopo il diploma di maturità linguistica mi sono laureata in Filosofia presso l'Università Cattolica di Milano con una tesi dal titolo "L'esperienza esistenziale di Dostoevskij".

Questo lavoro mi ha consegnato il dono della scoperta della parola che esplora l'insondabilità dell'esperienza umana.

Dal 1985 insegno filosofia e storia presso il Liceo Classico dell'Istituto Dehon di Monza. La mia formazione professionale come insegnante è legata all'ambito educativo in quanto professionista della relazione, con particolare attenzione allo sviluppo della progettualità educativa, al dialogo insegnante-adolescente oltre gli apprendimenti, alla motivazione allo studio, all'educazione alla salute, alla promozione del benessere, alla prevenzione del rischio e al colloquio pedagogico-orientativo.

L'insegnamento si è scritto nella mia vita come pratica filosofica nell'incontro e nel dialogo con altri attraverso le parole e il vissuto di uomini e donne appassionati che pongono la domanda sul senso.

Sono "Operatore della riabilitazione integrata secondo il Metodo Rességuier", con applicazione in ambito psico-socio-educativo dal 2009.

Questa formazione mi ha permesso di esplorare e coltivare la qualità della presenza come condizione della relazione.

Dal 2011 sono istruttrice di protocolli Mindfulness Based, formata con Associazione Italiana Mindfulness e dal 2015 Senior instructor grazie all'Advanced Teacher Training del Centre for Mindfulness Research and Practice dell'Università di Bangor (UK) e l'AIM di Milano.

Sono istruttrice certificata MISP (Mindfulness in School Project, UK) per l'insegnamento del curriculum ".b" per adolescenti all'interno del contesto scolastico.

Dal 2012 conduco protocolli di Mindfulness Based Stress Reduction con gruppi di adulti, adolescenti e nell'ambito del progetto ON/OFF Resilienza di AIM presso l'Ospedale San Gerardo di Monza lavorando nell'ambito della medicina integrativa o mind-body medicine.

La condivisione dell'esperienza della pratica di consapevolezza apre uno spazio di autenticità e di libertà capace di far emergere possibilità presenti in ogni essere umano trasformando il rapporto con la sofferenza.

ENRICA JALONGO			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	07/06/2018	DATA REVISIONE	\	INDICE REVISIONE	REV. 0

Pratico yoga dal 1996 e ho approfondito la meditazione relazionale o Insight Dialogue con Gregory Kramer e lo zen con Melissa Blaker e David Rynick.

Dal 2017 sono Counsellor professionale, a indirizzo cognitivo sistemico: mi sono formata presso IFCoS di Fondazione Alaya a Bellinzona, riconosciuta da SGfB (Swiss Association for Counseling) e grazie a questa formazione sono responsabile da due anni dello Spazio d'ascolto aperto a alunni, docenti e genitori presso la scuola nella quale lavoro. Inoltre pratico le competenze del counselling nell'ambito della conduzione dei percorsi Mindfulness Based che conduco con adulti e adolescenti nei diversi contesti.

La relazione è sempre stata al cuore della mia vita di studio, personale e professionale, nella ricerca della possibilità di aprire quotidianamente uno spazio per entrare quotidianamente nelle relazioni sottraendole all'inautenticità e alla strumentalizzazione. Mi sono nutrita di ciò che può sostenere una relazione empatica, del lavoro di consapevolezza e come conseguenza di questo percorso personale la possibilità di aprire spazi che mettano l'altro nelle condizioni di scoprire vie e risorse per rispondere alle difficoltà e alle occasioni incontrate.

La pratica di consapevolezza, anche relazionale, e le competenze del counselling si incontrano quotidianamente nel mio lavoro con le persone, radicandosi nella relazione empatica, che rende possibile sperimentare l'arte di risalire.

Se devo scegliere delle parole che dicano il filo rosso che attraversa tutte queste strade eccole: *“Il mio primo impulso è trovare qualcosa da amare, qualcosa che ispiri, qualcosa di eroico, qualcosa di riconoscibile come dono e fardello della condizione umana, il dolore e la grazia presenti in ogni persona che incontriamo”* (Ron Kurtz)

ENRICA JALONGO			CURRICULUM		
DATA EMISSIONE	07/06/2018	DATA REVISIONE	\	INDICE REVISIONE	REV. 0