

PRESENTAZIONE PROFESSIONALE



Sono una Counselor transpersonale e insegnante di Mindfulness; mi sono formata presso la Scuola di Counseling Transpersonale Mindfulness Project di Pomaia (PI); ho lavorato come manager in varie multinazionali occupandomi, tra le altre cose anche di Diversity ed Inclusion; sono certificata Inner MBA - presso la NYU - New York University; sono facilitatrice del programma Search Inside Yourself per l'insegnamento di pratiche di mindfulness, intelligenza emotiva e strumenti di leadership; sono facilitatrice C.E.B.- Cultivating Emotional Balance, di CNV (comunicazione non violenta) e SEE Learning (Educazione Etica, Emotiva e Sociale). Collaboro da qualche anno con l'organizzazione Liberidastress, l'associazione EduEES e l'associazione Ethicare e mi occupo di consulenza e formazione, in ambito della relazione di aiuto, basata sullo sviluppo della consapevolezza e delle relazioni interpersonali.

Ho da sempre la passione di sostenere la crescita dell'essere umano promuovendone il benessere, la leadership, la resilienza, la motivazione e l'apertura alla curiosità attraverso lo sviluppo della presenza mentale.

I miei 25 anni di esperienza manageriale in aziende multinazionali di servizi primari, mi hanno consentito di comprendere che navigare nell'incertezza e nello stress di oggi richiede nuove competenze e un diverso livello di resilienza. Così ho iniziato ad approfondire gli studi sulla mindfulness, sull'intelligenza emotiva e sulle relative recenti ricerche in campo di neuroscienze fino ad arrivare a decidere di volerne fare lo scopo della mia seconda vita.

Sono anche una mamma di due meravigliosi ragazzi ai quali è stato diagnosticato un disturbo dell'apprendimento e ADHD e partendo dalla mia esperienza personale ho effettuato ricerche sul burnout parentale e creato un protocollo di mindfulness e self-compassion a supporto delle famiglie di ragazzi DSA, ADHD, DOP e disturbi correlati che ho proposto in occasione di percorsi di counseling individuale.

Pratico la deep mindfulness o mindfulness transpersonale, radicata nelle diverse tradizioni orientali e da alcuni anni guido gruppi di Mindfulness e di Mindfulness Counseling anche per bambini. Ho partecipato a ritiri di meditazione con insegnanti qualificati formati nella tradizione Theravada.

CRISTIANA GALBIATI

Professional
Counselor

Iscrizione
REG-A3167-2023

CONTATTI

Telefono:
3394199572

Email
cristiana.galbiati@gmail.com

Web
<https://www.linkedin.com/in/cristianagalbiati/>

INFORMAZIONI

Data di pubblicazione: 17/07/2023 | **Data di revisione:** \ | **Indice di revisione:** 0

La/Il titolare di questa presentazione professionale, pubblicata online sul sito www.assocounseling.it, è garante in via esclusiva della correttezza e della veridicità dei dati e delle informazioni in essa riportate e del loro eventuale e puntuale aggiornamento. Ella/Egli è dunque la/il diretta/o ed unica/o responsabile dei contenuti indicati.

AssoCounseling
Associazione Professionale di Categoria