



LUCIA MOLINARO
COUNSELLOR GESTALTICO

Via Fonte Seconda 1
Loc. San Lorenzo a Colline
50023 Impruneta (FI)

+39 347 41 52 595

lucia.molinaro@yahoo.it

OBIETTIVO

Il mio obiettivo è quello di portare su un piano di intervento gestaltico il Taiji Quan, disciplina che pratico dal 2006. Durante la mia esperienza di insegnamento, ho potuto constatare come attraverso esercizi, sia individuali che a coppia praticati dagli allievi, vi siano stati importanti risultati dal punto di vista del sostegno alla persona, dell'ascolto del proprio corpo e delle relazioni "io-tu". Infatti, l'approccio gestaltico di tipo fenomenologico-esistenziale, considera l'individuo come parte del contesto sociale più ampio in cui è inserito e lo mette in condizioni di attingere alle proprie risorse personali a partire dall'esperienza che sta vivendo in quel momento. Il Taiji Quan dal canto suo, aiuta a concentrarsi sul momento presente ed a conoscere meglio il proprio corpo, sentendoci appunto parte di un tutto. La combinazione di queste due discipline in definitiva mi permette di offrire ai miei clienti un approccio olistico e integrato, perfettamente in grado di sostenere la persona lungo tutto il suo percorso, a prescindere dalla difficoltà e dal punto di partenza.

Per fare solo un esempio, nel 2017 sono stata chiamata a tenere una sessione di Taiji Quan durante un team building a un gruppo di manager di azienda che aveva scelto la Toscana come punto di incontro. I feedback ricevuti dai partecipanti sono stati tutti positivi il che ha confermato la scelta giusta in termini di approccio per affrontare un'esperienza di questo tipo.

Durante l'esperienza di tirocinio mi sono inoltre occupata di organizzare e promuovere due corsi:

“Le relazioni” e “Il corpo abita il mondo”. Entrambe esperienze molto significative durante le quali ho potuto coordinare il mio lavoro con quello di altri professionisti (psicologi, operatore shiatsu, etc...).

COMPETENZE PROFESSIONALI SPECIFICHE

- **Gestione della relazione:** impostare e mantenere una relazione con il cliente basata sulla comprensione dei bisogni e delle motivazioni, informarlo circa le procedure e le modalità dei trattamenti, guidarlo in un percorso di esplorazione, riconoscimento e individuazione delle risorse individuali.
- **Analisi del problema:** interventi finalizzati all'analisi e alla comprensione delle situazioni problematiche attraverso dinamiche relazionali e comunicative coadiuvate da azioni di sintesi e riformulazione.
- **Progettazione:** progettare un intervento specifico attraverso l'individuazione degli obiettivi e degli strumenti operativi inseriti in una visione prospettica e d'insieme.
- **Formazione:** Attività di formazione intesa a supportare i processi cognitivi e comportamentali del cliente, come sviluppo delle

LUCIA MOLINARO

COUNSELLOR GESTALTICO

attitudini di “risoluzione dei problemi”, dei “processi decisionali” e delle “abilità sociali”.

- **Motivazione:** Il cliente è parte attiva del processo di counselling, viene aiutato ad aiutarsi attraverso l’instaurazione di un rapporto di fiducia.
- **Monitoraggio del processo:** Valutazione e verifica di tutto il processo di counselling affinché il lavoro vada in direzione congrua rispetto alle richieste del cliente.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Dal 2013 sono insegnante di Taiji Quan nelle seguenti scuole:

- Associazione Renshen, Firenze
- [Associazione culturale ricreativa sportiva SBA+C San Bernardo Agri+Cultura](#), Bagno a Ripoli (FI)
- [Associazione sportiva del circolo archi di Chiochio](#), Greve in Chianti (FI)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2018 – **Corso triennale di Counsellor Gestaltico ad orientamento fenomenologico esistenziale**

[Associazione Ferma-Mente](#), Firenze

2018 – **Diploma istruttore Taiji Quan 6th Level - Senior Coach. Health and Sport**

EurEthICS ETSIA® EU Expert

2017 – **Diploma istruttore Taiji Quan, certificazione Fesik**

Maestro Sauro Somigli e Silvia del Conte, Associazione Renshen Firenze

2014 – **Diploma allenatore Taiji Quan, certificazione Fesik**

Maestro Sauro Somigli, Scuola Sferologico, Firenze

2011 – **Diploma istruttore Taiji Quan, primo livello**

Maestro Stefano Agostini, International Nei Jia Academy, Firenze

1991 – **Diploma Professionale Arredatore di Interni**

Istituto Statale d’Arte “P.Petrocchi”, Pistoia

LUCIA MOLINARO

COUNSELLOR GESTALTICO

CAPACITÀ E COMPETENZE PROFESSIONALI

Competenze Tecniche e Organizzative: L'attività di counsellor è rivolta a singoli come a gruppi di persone (famiglie, dipendenti di un'azienda, etc.), in entrambi i casi è necessario individuare da subito gli strumenti e le tecniche più adatte e organizzare il proprio lavoro spesso coordinandosi con altri professionisti, con un approccio integrato, onnicomprensivo e lungimirante. Lavoro per obiettivi, pianificando, organizzando e gestendo con precisione il mio lavoro e quello della squadra con cui collaboro, funzionando meglio all'interno di una squadra dove si lavora per il raggiungimento di un obiettivo comune. Il mio punto di forza consiste nel riuscire a fare "focus" anche nelle situazioni più complesse.

Competenze Relazionali e Comunicative: Durante il mio periodo di tirocinio ho svolto un soggiorno studio in una comunità Sufi della Cipro turca. Questa esperienza mi ha permesso di sperimentare appieno le modalità gestaltiche all'interno di un contesto fuori dall'ordinario consentendomi di consolidare quelle tecniche utili alla creazione di una relazione con l'altro. Entrando in contatto con nuovi luoghi e persone ho avuto la possibilità di riflettere sul mio sé e arricchirmi, cambiando il modo di vedermi e vedere il mondo. La relazione finale ha scaturito entusiasmo e interesse nel corpo docente tanto da meritarmi la pubblicazione sul sito e la presentazione della stessa durante una serata pubblica.

Il mio punto di forza consiste nel saper mettere a proprio agio il mio interlocutore, trasmettendo concetti complessi in modo semplice e diretto. Sono una persona aperta, solare, con buona dialettica e capacità introspettiva e collaborativa, applicando empatia e resilienza nella professione come nella vita di tutti i giorni.

Interessi: Durante il mio tempo libero mi piace viaggiare, visitare musei, andare a teatro e frequentare seminari di auto-consapevolezza. Amo poi rilassarmi praticando la meditazione e la corsa.