



LETIZIA FERRANTE

Sono una **psicoterapeuta sistemico-relazionale**, e nel mio percorso di formazione ho approfondito lo studio della PNEI (PsicoNeuroEndocrinolmmunologia) con un Master Universitario di II livello in Tecniche per la gestione dello stress in ottica PNEI.

Mi sono formata sulla gestione dei traumi con EMDR (Eye Movement Desensitization Reprocessing), sulle tecniche di rilassamento con il **Training Autogeno**, la **meditazione** e l'uso delle arti creative con il **Mandala**.

In tutta la mia carriera ho cambiato tanti lavori: ho lavorato presso Istituti di Ricerca con bambini con gravi disabilità e le loro famiglie, ho collaborato con medici e infermieri per migliorare la relazione medico-paziente, ho lavorato con gli insegnanti nelle scuole.

Sono sempre alla ricerca di qualcosa di nuovo da imparare e sperimentare e penso che non sia mai troppo tardi per crescere. Chi lavora con me sa che mi scoraggio raramente, sono convinta che le sfide che la vita ci riserva possono sempre diventare occasioni per migliorarsi.

Mi occupo di **emozioni** e **relazioni**: relazioni tra le persone, le coppie, i membri di una famiglia ma anche tra mente e corpo. Le neuroscienze sono una delle mie passioni. La **mindfulness** è entrata in maniera naturale a fare parte della mia vita e di tutta la mia pratica clinica: ho iniziato formandomi presso l'Università La Sapienza di Roma con un master di II livello in "Mindfulness: clinica, pratica, neuroscienze", per continuare con la qualificazione come istruttrice MBSR presso il Center for Mindfulness dell'Università di San Diego, e con la formazione in Mindful Parenting con Susan Bogels e Nicoletta Cinotti. Per non parlare di tutti i ritiri di meditazione che mi consentono di coltivare la consapevolezza nella vita e nel lavoro.

Far parte della squadra di Compassionate Mind Italia, come **Terapeuta** e **Trainer di Compassion Focused Therapy** è stata una ulteriore svolta per integrare l'attitudine compassionevole nella vita e nel lavoro.

Ma la ricchezza più grande è stata incontrare le amiche di **Mindful Sicilia**, con le quali lavorare è la cosa più bella del mondo!



Contatti

Seg.: +39 350 112 9523

Letizia: +39 340 624 3577

Laura: +39 349 4757170

Giusy: +39 334 7168489

Sede Legale

Via Gozzano, 47, CT

Mail

info@mindfulsicilia.it

