

**Drag prieten,**

Da-mi voie sa te intreb **cand te-ai simtit ultima data fericit?** Stii ca **exista o legatura directa intre succesul sau stagnarea ta si copilarie?**

Cum crezi ca te-a influentat **vocea critica a mamei**, voce care **te-a facut sa excelezi** si sa ii arati ca poti **sau** voce care **te-a tinut in blocaj?**

Cum te-au influentat parintii tai **in relatia de cuplu** si ce roluri ai preluat de la ei? Cum esti tu **in rolul de parinte** prin ochii copilului tau?

**Te invit intr-o calatorie catre tine** in care inveti sa te cunosti, sa constientizezi ganduri si sentimente care te fac sa **simti presiune**.

**Cele mai comune simptome fizice ale organismului datorita presiunii si a nelinistii sunt:** colonul iritabil, durerile de cap, uneori – hipertensiune arteriala, ulcerul , colita, insomnia, oboseala, atacurile de panica, aritmiile cardiace, obezitatea, durerile lombare, problemele dermatologice, artrita, astmul sau alte afectiuni cronice.

Am fost acolo si stiu ce simti deoarece **chiar eu am reusit sa depasesc o depresie** care m-a epuizat datorita volumului mare de munca, **aveam mai mult grija de ceilalti**, sa nu deranjez si toata lumea sa fie multumita. **Zi de zi uitam de mine** si de nevoile mele.

**Psihoterapia** te ajuta sa **iti redobandesti echilibrul**, sa inveti unde sa pui frana si cand poti sa apesi pedala de acceleratie. Sa poti sa reiei controlul asupra vietii tale si sa iti redobandesti fericirea, inspiratia si entuziasmul.

**Gandeste-te ca tu esti motorul vietii tale.** Gandeste-te ca ai responsabilitatea prosperitatii ei, dar si **responsabilitatea intretinerii familiei tale**. Gandeste-te ca joci mai multe roluri si esti sot sau sotie, esti mama sau tata, esti tu pentru tine.

**Suntem diamante cu totii.** Pe unii dintre noi, poate, ca s-a asternut praful, insa **licarirea din interior a ramas!** E timpul sa faci curatenie si sa stralucesti la adevarata ta capacitate!

**Diana,**

in redobandirea fericirii

Cu drag,

Care candva a avut nevoie de indrumare



**CURRICULUM VITAE**


<b>INFORMATII PERSONALE</b>	
<b>Nume/ Prenume</b> <b>Adresa</b> <b>Telefon</b> <b>Email</b> <b>Nationalitate</b> <b>Data nasterii</b>	Zanfir Diana Strada Luica, nr 35 A, Bucuresti 0771.73.88.00 <a href="mailto:office@evolution-center.ro">office@evolution-center.ro</a> romana 20.01.1987
<b>EXPERIENTA PROFESIONALA</b>	
<b>Perioada</b>  <b>Funcția sau postul ocupat</b>  <b>Numele și adresa angajatorului</b>  <b>Tipul activității</b>	<b>2016 – prezent</b>  <b>Fondator și președinte ONG „Evolution Center”, psihoterapeut format în cognitiv-comportamentală și hipnoterapie, coordonator centru, de proiecte și programe</b>  Cabinet individual de psihologie „Zanfir Diana” / Evolution Center – Health about soul and mind Adresa: Calea Vacaresti, nr 203, bloc 86, scara 1, et 1, ap 01, sect 4, Bucuresti.Tel: 0771.73.88.00  psihologie clinica/ psihoterapie cognitiv – comportamentală și hipnoterapie/ recuperare autism
<b>Perioada</b>  <b>Funcția sau postul ocupat</b>  <b>Numele și adresa angajatorului</b>  <b>Tipul activității</b>	<b>mai 2012 – prezent</b>  <b>Psiholog clinician și psihoterapeut terapie cognitiv comportamentală și hipnoterapie - cu drept de liberă practică acreditat COPSI</b>  Cabinet individual de psihologie „Zanfir Diana” Adresa: Calea Vacaresti, nr 203, bloc 86, scara 1, et 1, ap 01, sect 4, Bucuresti. Tel: 0771.73.88.00  Psihologie clinica/ psihoterapie
<b>Perioada</b>  <b>Funcția sau postul ocupat</b>  <b>Numele și adresa angajatorului</b>  <b>Tipul activității</b>	<b>2012 – 2015</b>  <b>Terapeut ABA/ shadow - copii cu autism</b> – la domiciliu sau în cadrul „Cabinet de psihologie Diana Zanfir” – sub coordonarea psihoterapeuților Adriana Balsanu (Help Autism), Andreea Mihalcea (Help Autism), Anca Dumitrescu (Autism Voice)  Parintii copiilor cu autism  Terapie ABA



<b>Perioada</b>	<b>2009-2010</b>
<b>Funcția sau postul ocupat</b>	<b>Consilier școlar/ Profesor în centre și cabinete</b>
<b>Numele și adresa angajatorului</b>	CMBRAE
<b>Tipul activității</b>	Consiliere și orientare școlară
<b>Perioada</b>	<b>2005 – 2017</b>
<b>Funcția sau postul ocupat</b>	<b>Educatoare (Profesor învățământ prescolar)</b>
<b>Numele și adresa angajatorului</b>	Grădinițe de stat și particulare
<b>Tipul activității</b>	Educație/învățământ prescolar
<b>EDUCAȚIE ȘI FORMARE</b>	
<b>Perioada</b>	<b>2013 – 2015</b>
Calificarea/ diploma obținută	Studii în vederea obținerii atestatului de liberă practică în <b>psihoterapie cognitiv comportamentală și hipnoterapie</b>
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	<b>Asociația de Hipnoterapie și Psihoterapie Cognitiv Comportamentală</b>
<b>Perioada</b>	<b>2009 – 2011</b>
Calificarea/ diploma obținută	Dizertație/formare psiholog clinician
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Master - Psihodiagnostică și consiliere psihologică/ psihologie clinică <b>Universitatea Ecologică</b>
<b>Perioada</b>	<b>2008 – 2012</b> absolvire
Calificarea/ diploma obținută	Facultatea de Drept și Administrație Publică – Universitatea Spiru Haret
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	
<b>Perioada</b>	<b>2005 -2008</b>
Calificarea/ diploma obținută	Licența
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Universitatea București, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, specialitatea Psihologie
<b>Perioada</b>	<b>2003 – 2005</b> bacalaureat
Calificarea/ diploma obținută	Colegiul Național „Elena Cuza”, profil pedagogic, specializare învățătoare
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	- educatoare
<b>APTITUDINI ȘI COMPETENȚE PERSONALE</b>	
<b>Limba modernă</b>	Engleza – nivel A1 Franceza - nivel A1
<b>Competențe și abilități sociale</b>	Empatică, asertivă, comunic deschis, caut soluții optime pentru problemele aparute, dezbătându-le cu cei în cauză, organizată, punctuală



<b>Competențe și aptitudini organizatorice</b>	<b>Aptitudini de lider:</b> sunt fondatorul și președintele compartimentului ONG din cadrul Evolution Center, răspund de managementul centrului de psihoterapie având 7 psihoterapeuți colaboratori, am în control planul editorial, blogul și sunt interfața directă a centrului. Fac parte dintr-o comunitate de networking în care am fost aleasă vicepreședinte, colegii mei dându-mi încrederea de a duce mai departe valorile antreprenoriale ale comunității și dezvoltarea acesteia
<b>Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului</b>	Pachet Microsoft Office (Word, Power Point, Excel), navigare internet, email
<b>Competențe și aptitudini artistice</b>	redactare eseuri și articole (colaborare cu revista grădinitei – an 2007, recenzii de cărți realizate semestrial în timpul facultății)
<b>INFORMAȚII SUPLIMENTARE/ ALTE CURSURI/ PREMII/ REALIZARI</b>	
<p>2020 – februarie – iulie – înscriere și parcurgere <b>formare Schema Therapy</b></p> <p>2020 ianuarie – iulie <b>vice președinte</b> al comunității de networking - More Networking – echipa Premier</p> <p>2020 ianuarie – <b>fondator și lansare</b> Program motivational și inspirational în format video – „<b>Power of your mind</b>” -destinat antreprenorilor, freelancerilor și oamenilor de succes</p> <p>2019 – <b>membru comunitate de networking</b> – More Networking</p> <p>2019 – 2020 – <b>trainer, speaker motivational, fondator proiect</b> la nivel național „<b>SOS! Copil cu autism la grupa</b>” – curs gratuit destinat cadrelor didactice și implementat în 10 ore din România.</p> <p>2019 – <b>fondator și lansare</b> program cursuri video „SOS! Copil cu autism la grupa” și „Bune practici în logopedie”</p> <p>2019 – participare <b>Conferința Fobia socială și anxietatea</b></p> <p>2019 – participare <b>Conferința ABA</b> (ambele ediții din an)- organizator Autism Voice și Help Autism</p> <p>2018 – 2020 – <b>supervizare terapie cognitiv – comportamentală și hipnoterapie</b></p> <p>2018 – parcurgere program – <b>Business Mastery by Lorand Soares Szasz</b></p> <p>2018 – participare <b>Conferința ABA</b> – organizator AITA</p> <p>2018 – <b>organizator Intrunirea Națională a Psihopedagogilor</b> „Sa ne împrietenim cu autismul”</p> <p>2017 – <b>inițiator și copywriter site</b> www.evolution-center.ro</p> <p>2016 – <b>înființare ONG „Evolution Center”</b> – fondator și președinte</p> <p>2014-2015 - <b>supervizare psihologie clinică</b></p> <p>2012-2015 Cursuri de <b>dezvoltare personală</b> (5 module) 2007 – <b>Obținerea definitivatului în învățământ</b></p> <p>2008-2009 – Cursuri de limba engleză, modulele „Starter” și „Elementary” – Universitatea București – Facultatea de Limbi Străine – Centrul Ariel</p> <p>2009 – Curs Educație timpurie – Ministerul Educației</p>	

