

**INFORMAZIONI PERSONALI** Pugina Paola

Sesso Femminile | Data di nascita 03/07/1978 | Nazionalità Italiana

**POSIZIONE RICOPERTA** Psicologa/Psicoterapeuta/Formatrice**ESPERIENZA  
PROFESSIONALE**

- 
- 09–alla data attuale** **Psicologa Psicoterapeuta**  
Studio privato  
Colloqui di sostegno psicologico, sostegno alla genitorialità, psicoterapia individuale, psicoterapia di coppia
- 12–alla data attuale** **Psicologa consulente**  
Cooperativa Albatros, Legnano  
Supervisione equipe comunità semiresidenziale
- 13–alla data attuale** **Psicologa consulente**  
Cooperativa Albatros, Legnano  
Supervisione equipe Centro Aggregazione Giovanile
- 13–alla data attuale** **Psicologa consulente**  
Cooperativa Albatros, Legnano  
Psicologa, Psicoterapeuta
- 05–alla data attuale** **Psicologa docente formatrice**  
Mi occupo di formazione in relazione alle seguenti tematiche: comunicazione, tecniche di primo colloquio psicologico, self marketing, relazione d'aiuto, cura e psicologia dell'anziano, sostegno a parenti di malati di Alzheimer, riabilitazione cognitiva, lutto e accompagnamento alla morte, disabilità, disagio psichico, psicologia dei gruppi, gestione del tempo, gestione del conflitto, motivazione, teoria dei bisogni, sviluppo evolutivo, tecniche animative, resilienza familiare e trauma  
-Lezione "Self marketing", Master in psicologia neonatale, APL, 2015  
-Corso "Tecniche di ascolto e di costruzione della relazione", Padanassistenza, Cesvip, 2015  
-Lezione "Self marketing", Master in counselling per psicologi, APL, 2015  
-Lezione "Primo contatto col cliente", Master in counselling per psicologi, APL, 2015  
-Corso "Modalità d'intervento su trauma e resilienza familiare", Padanassistenza, Cesvip, 2015  
- Corso "Assistenza domiciliare all'anziano" Coop. Soleluna, Cesvip, 2014  
- Corso "Accompagnamento al lutto e sostegno al malato terminale e ai familiari", Padanassistenza, Cesvip, 2014

- Lezione "Self marketing per psicologi", Master in counseling per psicologi, Apl, 2014
- Lezione "Operatore necroforo", Tss, 2014
- Corso "Leggi che ti passa", Bar la Cupola, 2014
- Lezione su "Primo contatto e tecniche di primo colloquio psicologico", Master in counseling per psicologi, Apl, 2014
- Lezione su "Primo contatto e tecniche di primo colloquio psicologico", Master in psicologia del benessere, Apl, 2014
- Corsi "Accompagnamento alla morte e gestione del lutto" presso Casa di riposo Gianetti, Cesvip, 2013
- Corsi "Gestione del conflitto" presso Casa di riposo Gianetti, Cesvip, 2013
- Corso Oss, Tss, 2013
- Corsi "Tecniche riabilitative Alzheimer" presso Casa di riposo Gianetti, Cesvip, 2013
- Corso Oss, Tss, anno 2012
- Corsi per apprendisti Bricocenter, Centro formazione IFOA, anno 2012
- Lezione sulla preadolescenza, Azione Cattolica, Mi, anno 2011
- Corso per operatrici call center "Telefono Rosa", cooperativa Albatros, anno 2011
- Lezione sulle nuove dipendenze, Liceo Artistico, Va, anno 2009
- Corso per operatori sociali di call center per IRIS Gallarate, ottobre 2008-gennaio 2009
- Corso "Tecniche di animazione sociale" per CESVIP Varese, giugno 2008
- Corso "L'ascolto e il valore dell'incontro" presso Varese Corsi, inverno 2007
- Corso "L'ascolto e il valore dell'incontro" presso Varese Corsi, primavera 2007
- Seminario "L'incontro e il valore dell'ascolto" autunno 2006
- Corso per volontari di ascolto e telefonico per Telefono Amico Varese, estate 2007
- Corso per volontari di ascolto e telefonico per Telefono Amico Varese, inverno 2005
- Corso per volontari di ascolto e telefonico per Telefono Amico Varese, primavera 2005
- "Lo sviluppo evolutivo e le tecniche animative coi bambini" per Croce Rossa Italiana sezione di Milano
- "Lo sviluppo evolutivo e le tecniche animative coi bambini" per Croce Rossa Italiana sezione di Lecco
- "La psicologia dell'emergenza" per Protezione Civile di Lecco

11–alla data attuale

**Esperta in convegni, interviste, pubblicazioni, moderatrice**

- Relatrice serata sul lutto, Pro Loco Azzate
- Relatrice serata su psicologo in Rsa, Altra Psicologia, Mi
- Moderatrice serata su stalking e violenza domestica, Altra Psicologia, Va
- Relatrice serata su violenza domestica e stalking, Festival della Cultura Psicologica, Opl, Va
- Intervento convegno giornata della pace, Festival della Cultura Psicologica, Opl, Va
- Moderatrice serata su omogenitorialità, Altra Psicologia, Mi
- Intervista su violenza domestica, Radio Vera, Bs
- Intervista su violenza domestica e stalking, La Provincia di Varese, Va
- Intervista su dipendenza da cellulare, La Provincia di Varese, Va
- Intervento settimanale ed editoriali su temi psicologici, La Provincia di Varese, Va

**07–11 Psicologa consulente**

Istituto Madonna della Croce, Viggiù

Supervisione d'equipe, valutazione stress lavoro correlato, colloqui di sostegno individuale, gruppi di sostegno

- FEB. 09–APR. 09 **Psicologa**  
Movimento Consumatori, Varese  
Progetto di prevenzione "Liberi tutti", presentato nelle scuole primarie, sulle nuove dipendenze
- 04–alla data attuale **Educatrice**  
Educatrice presso cooperative e presso il comune di Varese, dove ho svolto il ruolo di assistente alla persona e responsabile referente per le attività di doposcuola.
- GEN. 10–DIC. 10 **Tirocinante scuola psicoterapia**  
Casa di Cura Villa Rovera Molina, Barasso (Va)
- GEN. 08–DIC. 09 **Tirocinante scuola psicoterapia**  
Sert, Arcisate (Va)
- GEN. 07–DIC. 07 **Tirocinante scuola psicoterapia**  
Neuropsichiatria infantile, Niguarda, Mi
- MAR. 04–AGO. 04 **Tirocinante post-lauream**  
Casa di Cura Santa Maria di Castellanza U.O. reparto di Neurologia
- SET. 03–MAR. 04 **Tirocinante post-lauream**  
Consultorio familiare, Laveno Mombello
- ISTRUZIONE E FORMAZIONE**
- 
- GEN. 07–DIC. 10 **Diploma di Psicoterapeuta**  
Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona, Milano
- 23 FEB. 05 **Iscrizione all'Albo degli psicologi Sezione A (8762)**  
Ordine Psicologi Lombardia
- SET. 97–GIU. 03 **Laurea in psicologia Clinica con votazione 105/110**  
Università degli Studi, Padova
- SET. 92–GIU. 97 **Diploma di maturità con votazione 50/60**  
Liceo Classico Statale E. Cairoli, Varese
- 14 FEB. 14–15 FEB. 14 **Partecipazione seminario "Mindfulness e ansia"**  
Apeiron Associazione, Milano
- 10 MAG. 13–12 MAG. 13 **Seminario "Nei gorghi della coppia"**  
Apeiron, Milano

- 10 NOV. 12 Partecipazione Seminario "L'intervento Psicologico nella gestione dei Conflitti"  
Ordine Psicologi Lombardia, Milano
- 11 MAG. 12–13 MAG. 12 Partecipazione seminario "Fenomenologia della coppia: nascita, evoluzione, crisi"  
Apeiron, Milano
- 20 MAG. 11–22 MAG. 11 Partecipazione al seminario "Maschile e Femminile: fenomenologia della genesi della coppia"  
Apeiron, Milano
- 4 NOV. 11 Partecipazione seminario "Le competenze dello psicologo clinico nei casi di abusi sessuali dell'infanzia: la relazione tra Psicologia e Diritto"  
Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona, Milano
- 11–12 Scuola Psicologia Forense  
Corso online
- SET. 10–DIC. 10 Partecipazione al corso "Persi nel gioco: tra illusioni di controllo e comportamenti patologici"  
Associazione Lions, Varese

**COMPETENZE PERSONALI**

Lingua madre italiano

## Altre lingue

inglese

COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
B1	B1	B1	B1	B1

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

- Competenze comunicative** Ottime capacità relazionali, acquisite sia in contesti formativi di alto livello, sia in differenti contesti lavorativi.
- Competenze organizzative e gestionali** Buone capacità di organizzazione e gestione delle risorse, sviluppata in differenti ambiti lavorativi e con ruoli di responsabilità.
- Competenze informatiche** Buona conoscenza dei principali strumenti web e del pacchetto office  
 Ai sensi del D.Lgs n.196/03, autorizzo il trattamento dei miei dati personali  
 Dichiarazione sostitutiva ai sensi del D.P.R. n. 445/2000