

Curriculum vitae

Nome **SILVIA OGGIONI**

Indirizzo **VIA CICLAMINI 11, MILANO, 20147**

Telefono **333-6729142 02-3928441**

e-mail **silvia.oggioni@gmail.com**
silvia.oggioni@psypec.it



ESPERIENZA LAVORATIVA AMBITO PSICOLOGICO

2018 ad oggi

- **Attività psicologica privata**
 - Disturbi dello spettro ansioso/depressivo
 - Disturbi dell'umore
 - Tematiche luttuose
 - Disturbi alimentari
 - Stress e burn out lavorativo
 - Disturbi dell'adattamento (legato alle fasi del ciclo di vita)

2015-ad oggi

- **Psicologa-psicoterapeuta** in formazione presso: Consultorio Familiare di Assago:
 - primi colloqui e colloqui di sostegno
 - progetti training prenatale rivolti alla coppia genitoriale
 - gruppi prevenzione depressione post-partum
 - gruppi per genitori rivolti all'Enrichment Familiare
 - progetti scolastici scuola primaria e secondaria, tematiche: affettività/sessualità/consapevolezza corporea)
- **Insegnante di Yoga e Meditazione** (approccio Anukalana)
- **Collaboratrice per Sport Mindset Agency: psicologia dello sport per mental training e supporto psicologico atleti**

ESPERIENZA LAVORATIVA AMBITO MOTORIO

2006- ad oggi

- Conduttrice incontri di DanzaMovimentoTerapia/ Movimento espressivo creativo presso:
 - Associazione Carillon, Nido "il Giardino dei Folletti", Art Academy Varese, Associazione Mamma Mondo: gruppo bambini 3-5/6-7 anni; gruppo bambino/genitore; progetto culturale bilingue inglese/italiano; GraviDanza, rivolto a gestanti.
 - Sarabanda Milano con un gruppo di adolescenti diversamente abili.
 - Scuola materna Pace di Limbiate, Scuola elementare Monte Ortigara di Cinisello Balsamo (Mi), Scuola Media P. Sarpi di Settimo Milanese.
 - Scuola elementare Cabrini, Milano. Progetto "Anatomia vissuta" (corpo-emozioni-relazioni in movimento)
 - Liceo Artistico Statale Brera di Milano, progetto "Orientarsi Danzando": ciclo di incontri con ragazzi al 3°/4°/5° anno
 - Associazione Prometeo, sezione Psicosomatica Naviglio Grande: gruppo adulti

- Insegnante di Verticalismo, Acrobalance, Partnering e movimento presso:
 - Diaz Academy: Baby Danza/Baby Gym/Movimento in musica (3-5 anni), Acrogym e Acrobatica sezione Agonistica (10-18 anni).
 - Liberi Di (Physical Theatre Milano) gruppo adolescenti e adulti
 - Laboratorio di Circo Contemporaneo Terzo Tempo Ululi, Spazio Kabum Varese, Quattro4 Milano: disciplina Acrobalance adulti, Acrodanza e flessibilità.
 - Acrobata/danzatrice dedita alla progettazione di spettacoli per eventi di vario tipo.
 - Assistente al progetto Arte Terapia presso la Comunità Disabili Alfieri di Trezzano sul Naviglio- Polisportiva milanese (sport disabili). Responsabile, assistente vendita Bishop Milano: streetwear, snowboard e surf shop. Collaboratrice Brekka s.r.l: organizzazione eventi sportivi e show room.

**ISTRUZIONE E
FORMAZIONE**

Università

Laurea magistrale in **Psicologia Clinica: salute, relazioni familiari e interventi di comunità** presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. Esperienza all'estero presso il Dipartimento di psicologia, approccio sistemico (dott. Scott Browning), Chestnut Hill College Philadelphia.

Laurea triennale in **Scienze e Tecniche psicologiche** presso l'Università Bicocca di Milano.

Borsa di studio presso l'Università Sorbona di Parigi: **International Master Class in Art Therapy** 2-7 Luglio 2012.

Laurea magistrale in **Teorie e metodi per la comunicazione**, Erasmus Stockholm University (agosto 2009-maggio 2010). Laurea triennale in **Scienze umanistiche per la comunicazione** (Facoltà di Lettere e Filosofia) presso Università Statale di Milano.

Scuola di Specializzazione

Abilitazione Albo Ordine Psicologi Lombardia (febbraio 2017) n° 19397

In formazione: Scuola di specializzazione in psicoterapia breve integrata, psicodinamica e cognitiva ISeRDIP

Compassion focused Therapy (CFT) giugno 2020

Emdr (Eye Movement Desensitization and reprocessing) Novembre-dicembre 2020, livello 1 e 2)

Corso **Conduttore di gruppi di coppie e genitori** (Percorsi di Enrichment Familiare) Università Cattolica (settembre- aprile 2017)

Seminari e convegni

Corso di Psicodiagnostica (Test di Rorschach e TAT) 1° livello, 32 ore presso ISeRDIP (febbraio- novembre 2016)

25° Congresso Nazionale S.I.M.P: *Psicosomatica, Il linguaggio della malattia. Pensare psicosomatico: corpo, sogni e parole nella relazione terapeutica*. Montesilvano 7-8/11/2015.

24° Congresso Nazionale S.I.M.P: *Psicosomatica, I territori del futuro: dalle leggi dell'anima alle neuroscienze*. Vicenza 11-12/10/2013.

Alta Scuola di Psicologia Agostino Gemelli, Milano:

Allargare lo spazio familiare: essere figli nell'adozione e nell'affido (13-14/02/2015)

L'utilizzo del test La doppia luna in contesti clinici formativi e di ricerca (18/04/2015)

Assessment terapeutico di famiglie con bambini. Sedute dal vivo (25-26-27/06/2015)

SPI (Centro Milanese di Psicoanalisi Cesare Musatti): *L'esperienza delirante* (14/03/2015)

**FORMAZIONE
NELL'AMBITO DEL
MOVIMENTO E DANZA**

Croce Bianca Milano- IRC Italian Resuscitation Council, *Corso esecutore di BLS-D- Basic Life Support and Defibrillation* (29/08/2015)

Diploma biennale **Insegnante Yoga** Alliance RYT500 (approccio Anukalana) presso Samadhi, Firenze, Gennaio 2019.

Diploma triennale: Scuola di **specializzazione in Danza Movimento Terapia**, Sarabanda (metodo Fux-Cerruto) a Milano, accreditata Apid (Associazione professionale italiana Danza Movimento Terapia).

Iscrizione all'albo n° 435 in data 21/3/2015. Sostegno al disagio psichico, somatico e relazionale attraverso la danza e il movimento, basi di psicologia e medicina tradizionale cinese.

Formazione livello 1 CSEN **Discipline del circo contemporaneo** (maggio 2016)

**CAPACITÀ E COMPETENZE
INFORMATICHE**

Formazione permanente in **Acrobalance- Partnering-** Discipline Aeree circo contemporaneo/ **Danza Contemporanea** e Partnering.

**CAPACITÀ E COMPETENZE
LINGUISTICHE**

Discrete conoscenze dell'ambiente Windows e del pacchetto Office (Word, Excel, Power Point). Software statistici: SPSS.

(*) Livelli:

A1/2 Livello base- B1/2 livello intermedio- C1/2 livello avanzato
Quadro comune europeo di riferimento delle lingue

Madrelingua: italiano

Altre lingue (*):

Inglese (Toefl certification)

Comprensione: ascolto C1 lettura C1	Parlato: interazione C2 lettura C2	Produzione scritta: C1
-------------------------------------------	------------------------------------------	---------------------------

Tedesco

Comprensione: ascolto A1 lettura A1	Parlato: interazione A2 lettura A2	Produzione scritta: A1
-------------------------------------------	------------------------------------------	---------------------------

Spagnolo

Comprensione: ascolto A1 lettura A1	Parlato: interazione A1 lettura A1
-------------------------------------------	------------------------------------------

**ALTRE CAPACITÀ E
MOTIVAZIONI**

**INTERESSI E
TEMPO LIBERO**

Ho sviluppato ottime capacità organizzative lavorando in squadra/ e in equipe, e relazionali con persone di tutte le età. Sono in grado di adattarmi a qualsiasi mansione e cerco di svolgerla sempre con la massima serietà.

Esplorare il mondo nelle sue potenzialità creative attraverso il viaggio e l'incontro con culture diverse... Da sempre conduco uno stile di vita attivo e vitale, costellato da molti sport. Pratico yoga e studio danza contemporanea. La creatività trova espressione nell'ascolto di musica, passione artistica (acquarello, ambito decorativo, mostre ed eventi culturali), culinaria (cucina naturale ayurvedica e vegana).

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali come previsto dal D.Lgs 196/03