

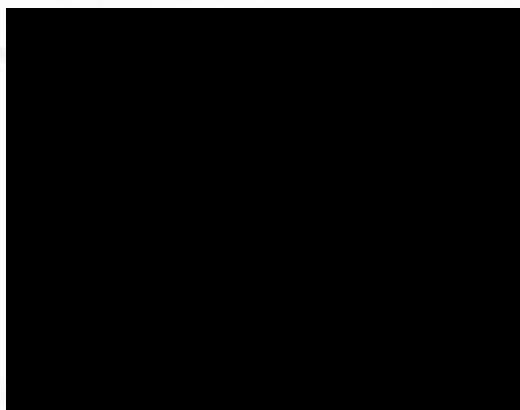
**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **PAOLA**

Indirizzo **BENZI**



ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date (da – a) **2013 - IN ESSERE**
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Studio Medico e Psicologico Centro Umanistico, via Pisacane 29 Alessandria
- Tipo di impiego Istruttrice di Mindfulness, Counselor professionale
- Principali mansioni e responsabilità Conduzione di corsi di mindfulness, meditazione e di gruppi di counseling

- Date (da – a) **2013 - IN ESSERE**
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Studio di Counseling 'Spazio Mindfulness Shreya', via Gaudenzi 13, Bologna, ora via dello Sterlino 6, Montereenzio
- Tipo di impiego Istruttrice di Mindfulness, Counselor professionale
- Principali mansioni e responsabilità Conduzione di corsi di mindfulness, meditazione e di gruppi di counseling e sessioni individuali

- Date (da – a) **2018 - 2021**
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro Università Aperta di Cento UAC, via XXV aprile 11, Cento (FE)
 - Tipo di impiego Istruttrice di Mindfulness
 - Principali mansioni e responsabilità Conduzione di corsi di mindfulness
-
- Date (da – a) **A.s. 2017-2018**
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro Itis A. Volta Alessandria
 - Tipo di impiego Istruttrice e formatrice di Mindfulness
 - Principali mansioni e responsabilità Conduzione corsi di aggiornamento a 200 docenti
-
- Date (da – a) **A.S. 2015-16**
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro Alessandria, Scuola Primaria Caduti della Libertà, via Ugo La Malfa
 - Tipo di impiego Istruttrice di Mindfulness, Counselor
 - Principali mansioni e responsabilità Istruttrice di Mindfulness, Protocollo Gaia, percorso mindfulness rivolto agli alunni delle classi quarte

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) Settembre 2020 - aprile 2021 (375 ore)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione AIM (Associazione italiana di mindfulness), Via Giovanni Battista Piranesi, 14, Milano
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Conduzione corsi secondo il protocollo mindfulness MBSR. Applicazione della mindfulness nei contesti riabilitativi ed educativi.
 - Qualifica conseguita Istruttore Mindfulness MBSR secondo i criteri e gli standard internazionali di rigore e di qualità dell' EAMBA-European Association of Mindfulness-Based Approaches. Istruttore di mindfulness-based interventions – MBP's – istruttori di mindfulness-based interventions – MBP's – L'integrazione della consapevolezza in psicoterapia, in medicina e nei diversi contesti clinici, riabilitativi ed educativi.
-
- Date (da – a) Settembre 2017 - giugno 2018 (360 ore)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Istituto di NeuroPsicosomatica, via Demidoff 1, 55022, Bagni di Lucca, LU
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Conduzione corsi secondo il protocollo mindfulness PMP (Mindfulness Psicosomatica)

| | |
|---|--|
| • Qualifica conseguita | Istruttore Mindfulness Psicosomatica |
| • Date (da – a) | Settembre 2017 - novembre 2019 (370 ore) |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Integral Being Institute, via Cremona, Asola Mantova |
| • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio | Tecniche psicosomatiche, di consapevolezza e di meditazione orientate al riconoscimento ed al superamento delle credenze limitanti. |
| • Qualifica conseguita | Specializzazione in counseling sulle tematiche del Giudice Interiore |
| • Date (da – a) | Settembre 2017 - giugno 2019 (370 ore) |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Integral Being Institute, via Cremona, Asola Mantova |
| • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio | Sviluppo, integrazione ed applicazione dei diversi stati di coscienza meditativi. Approfondimento delle pratiche di consapevolezza ed autoesplorazione nel counseling. |
| • Qualifica conseguita | Specializzazione in counseling sulle tematiche dell'Essenza |
| • Date (da – a) | Settembre 2013 - aprile 2017 (1200 ore) |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Istituto di NeuroPsicosomatica, via Demidoff 1, 55022, Bagni di Lucca, LU |
| • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio | Competenze di counseling individuale e di gruppo, comunicazione empatica, ascolto attivo, consapevolezza nelle relazioni, pratiche di benessere psicosomatico e crescita personale, applicazione della mindfulness allo sviluppo dell'empowerment. |
| • Qualifica conseguita | Counselor professionale |
| • Date (da – a) | Giugno 2016 (30 ore) |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Villaggio Globale, Bagni di Lucca, via Demidoff 1, 55022, Bagni di Lucca, LU |
| • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio | Conduzione di corsi di mindfulness nelle scuole, livello avanzato |
| • Qualifica conseguita | Attestazione operatrice Progetto Gaia, la mindfulness nelle scuole, livello avanzato, formazione in mindfulness per la scuola approvata dal MIUR |
| • Date (da – a) | Giugno 2015 (30 ore) |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Villaggio Globale, Bagni di Lucca, via Demidoff 1, 55022, Bagni di Lucca, LU |
| • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio | Conduzione di corsi di mindfulness nelle scuole, livello base |
| • Qualifica conseguita | Attestazione operatrice Progetto Gaia, la mindfulness nelle scuole, livello base, formazione in mindfulness per la scuola approvata dal MIUR |

- Date (da – a) Giugno 2014 (30 ore)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Villaggio Globale, Bagni di Lucca, via Demidoff 1, 55022, Bagni di Lucca, LU
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Conduzione di gruppi di mindfulness orientati al benessere
- Qualifica conseguita Attestazione operatrice Progetto Benessere Globale, tecniche di mindfulness psicosomatica per il benessere del corpo e della mente, approvato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

- Date (da – a) Novembre 2000 - novembre 2006
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Università degli Studi di Torino
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Filosofia, Letteratura, Comunicazione, Psicologia
- Qualifica conseguita D.ssa in Lettere Moderne, vecchio ordinamento

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA ITALIANO

ALTRE LINGUE

INGLESE

- Capacità di lettura BUONO
- Capacità di scrittura BUONO
- Capacità di espressione orale BUONO

FRANCESE

- Capacità di lettura BUONO
- Capacità di scrittura BUONO
- Capacità di espressione orale BUONO

SPAGNOLO

- Capacità di lettura BUONO
- Capacità di scrittura BUONO
- Capacità di espressione orale BUONO

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI Spiccate competenze comunicative e relazionali maturate nella formazione e nel lavoro come counselor

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE Attitudine al lavoro in equipe maturata in precedenti collaborazioni lavorative. Amministrazione del bilancio della mia attività in quanto libera professionista. Attitudine al lavoro con bambini sviluppata nelle precedenti esperienze lavorative e come madre di tre figli.

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE Utilizzo del pacchetto office, abilità di social management, utilizzo dell'applicazione Canvas, anche nella produzione di slide e dispense. Abilità maturate nel mio lavoro.
Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

PATENTE O PATENTI B

ULTERIORI INFORMAZIONI Professionista regolamentata ai sensi della legge 4/2013, iscritta al registro professionale Olocounseling.

Autorizzo al trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del regolamento UE 2016/679 per la protezione delle persone fisiche e giuridiche riguardo al trattamento dei dati personali.

