



# SARA COLOGNESI

◆ PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA ◆

info@saracolognesi.it

www.saracolognesi.it

339 7701219

## SOCIAL

 studiocolognesirovigo

 sara\_psicologiabenessere

 saracolognesi

## PROFILO

Ho esperienza pluriennale in psicoterapia e nel settore dello sport e aziendale, in particolare nella selezione del personale, formazione e gestione del cambiamento. Mi occupo, inoltre, di gestione del dolore cronico e di malattie croniche, nonché di tematiche LGBTIAQ, e mi interessa integrare la consulenza psicologica con pratiche di Yoga e Mindfulness; utilizzo un approccio body positive e HAES. Sono autrice di tre libri e amo parlare in pubblico. Erogo consulenze e formazione sia in italiano che in lingua inglese, in studio e online.

## ESPERIENZA PROFESSIONALE

### Libera professionista

Studio Colognesi

Da Agosto 2014

- psicoterapia ad indirizzo costruttivista, counseling psicologico
- consulenza aziendale, formazione e comunicazione
- consulenza in psicologia dello sport per atlet\* e allenator\*

### Communication Specialist

Uponsor srl

Agosto 2007 - Aprile 2014

- Risorse umane e selezione del personale
- Comunicazione interna ed esterna

### Formazione in psicoterapia

Azienda Ulss 18 - CSM

Gennaio 2009 - Novembre 2012

- Somministrazione di test psicologici
- Colloqui psicologici di sostegno
- Psicoterapia in supervisione

## COLLABORAZIONI

- Sistema srl - Parallelo 45
- Consiglieria di Parità della Provincia di Rovigo
- Maestri del Lavoro - Provincia di Rovigo
- CONI Veneto
- ENAIP Veneto - sede di Rovigo
- Centro Cinofilo Dog Joy Rovigo

2015-2016

2008-2013

2005

### Master in psicologia dello Sport

PsyMediSport Group, Romans d'Isongo

### Specializzazione in Psicoterapia

Institute of Constructivist Psychology, Padova

### Laurea Magistrale in Psicologia Sociale, del Lavoro della Comunicazione

Università degli Studi di Padova

## COMPETENZE

- Psicoterapia
- Adolescenza e età adulta
- Formazione
- Selezione del personale
- Psicologia dell'identità sessuale e di genere
- Body positivity e HAES
- Bullismo
- Gestione dello Stress
- Tecniche di rilassamento e pratiche di Mindfulness

## SEDE

c/o Studio di Psicologia e Psicoterapia - 2° piano  
via Guido Cavaglieri 5  
(laterale di via Sacro Cuore)  
45100 Rovigo  
Ordine degli Psicologi del Veneto, Albo A, nr. 6074