

CURRICULUM VITAE

Jeny Meregaglia

Viale Cesare Battisti, 21 – 27100 Pavia

Cell: +39 331.97.41.064
Centro: +39 0382.18.82.70

E-mail: Jeny.Meregaglia@email.it

Sito web personale:
www.counselingpsicologico.it

Sito web Centro Familiamente Benessere
www.familiamentebenessere.it

<u>OBIETTIVI</u>	<ul style="list-style-type: none">• Investire nell'aspetto non solo curativo ma anche e soprattutto preventivo della psicologia, ideando, progettando e mettendo in atto professionalità, empatia, idee, servizi che siano volti a Promuovere il Benessere Psicologico in ogni ambito della vita: personale, familiare e lavorativo.• Offrire un supporto concreto e dei percorsi curativi di riabilitazione psicologica sia nell'ambito dei disturbi dell'area nevrotica che psicotica e nell'ambito di problematiche familiari come divorzi, separazioni, comunicazione nella coppia e con i figli o problemi nell'ambito lavorativo: dal Burnout alla gestione dello stress lavorativo ai rapporti con i colleghi.• Creare una rete di supporto e di promozione della salute psicologica a 360 gradi, promuovendo l'emergere delle potenzialità individuali e alimentazione delle proprie capacità e risorse in un percorso di crescita costante di autostima e serenità.
<u>AREE DI INTERESSE</u>	<ul style="list-style-type: none">• <u>Psicologia femminile:</u><ul style="list-style-type: none">○ Problematiche legate al post partum: Baby Blues, Depressione post-partum, Psicosi Puerperale, comunicazione di coppia, gestione della gelosia o rivalità tra fratelli e problematiche relative alla sfera intima della coppia.• <u>Psicologia Familiare:</u><ul style="list-style-type: none">○ Mediazione familiare sia nei casi di crisi coniugali transitorie che di operazioni o divorzi.○ Disturbi del comportamento alimentare: anoressia, bulimia, obesità, disturbo da alimentazione incontrollata.○ Disturbo ossessivo-compulsivo○ Disturbo Bipolare○ Supporto psicologico, sia preventivo che curativo e riabilitativo, in caso di depressioni o fragilità conseguenti alla comparsa di stati di salute cagionevoli come tumori, leucemie o malattie invalidanti.• <u>Psicologia dell'infanzia e dell'adolescenza: Arte-terapia:</u><ul style="list-style-type: none">○ Teatro psico-educativo○ Disegno terapia○ Musico-terapia○ Ludo-terapia• <u>Psicologia dell'invecchiamento:</u><ul style="list-style-type: none">○ Diagnosi e trattamento del decadimento di abilità cognitive

	<p>sia in soggetti giovani che anziani</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Psico-sessuologia:</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ Disturbi legati all'identità di genere :depressione o insoddisfazione o fragilità legate all'ammissione della propria omosessualità o all'emergere di una identità differente rispetto al proprio sesso di appartenenza in casi di transessualismo. • <u>Counseling individuale o di coppia</u>
<p><u>AREE DI RICERCA</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Depressione post partum • Psicosi Puerperale • Disturbo post-traumatico da stress legato a eventi di guerra o a traumi improvvisi come terremoti o a situazioni di crisi inaspettata e violenza come abuso sessuale. • Comunicazione di coppia e amicale ai tempi di internet: analisi dei cambiamenti delle modalità comunicative tra giovani, nelle coppie, tra genitori e figli .Analisi dei nuovi bisogni e approcci sentimentali e sessuali che si sono creati e che sono stati alimentati dall'utilizzo del pc e delle piattaforme di comunicazione e incontro virtuale come chat e social network. • Analisi dei bisogni e delle aree psicologiche di interesse da parte degli utenti del web in merito ai servizi di consulenze psicologiche on line, valutazione dell'andamento dei percorsi riabilitativi in rete e valutazione della loro efficacia. •
<p><u>ESPERIENZA LAVORATIVA</u></p>	<p>06/ 2003 – 11 / 2003</p> <p>Tirocinio formativo post- lauream presso Laboratorio di Neuropsicologia dell'Istituto Neurologico Casimiro Mondino di Pavia. Le mie principali mansioni riguardavano la somministrazione di una batteria di test neuropsicologici volti ad indagare le abilità cognitive dei pazienti, il colloquio informativo con i famigliari e sedute pomeridiane di riabilitazione cognitiva a pazienti parkinsoniani.</p> <p>2000 - 2003</p> <p>Tre anni di assistenza scolastica e psicologica ,presso il Collegio Santa Benedetta Cambiagio di Pavia a minori, affidati temporaneamente dal Tribunale alla Casa Famiglia, in seguito all'individuazione di forti problematiche nell'ambito familiare di provenienza.</p> <p>2006</p> <p>Stage presso l'ospedale di Broni (Pavia), reparto ipertensione. Le mie principali mansioni riguardavano il colloquio con i pazienti che avrebbero dovuto seguire una cura continuativa nel tempo, nell'intento di predire il loro grado di adesione alla terapia e la loro capacità di gestione dello stress derivante dalla consapevolezza di essere affetti da malattia cronica.</p> <p>2006-2007</p> <p>Tirocinio formativo post-lauream presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Pavia.</p> <p>L'obiettivo principale del tirocinio era la realizzazione di un progetto di ricerca , su base empirica e bibliografica, inerente alla analisi dei processi della teoria della mente dei bambini nella vita quotidiana, indagandone caratteristiche, peculiarità e modalità di funzionamento.</p> <p>2007-ad oggi</p> <p>Collaborazione con il sito internet dedicato alla famiglia e al rapporto madre-figlio www.mamma.it in qualità di psicologa –consulente a cui poter porre domande e con cui poter dialogare di tematiche personali o riguardanti l'ambito famigliare-relazionale.</p>

Collaborazione con il sito internet dedicato alla coppia e al matrimonio www.miomatrimonio.com in qualità di psicologa – consulente a cui poter porre domande e con cui poter dialogare di tematiche personali o riguardanti l'ambito relazionale, sentimentale ed emotivo.

Collaborazione, in qualità di consulente on line, con il sito www.medicitalia.it nato per dare la possibilità ai pazienti di interagire con professionisti, medici e psicologi, in merito a dubbi, bisogni o richieste di approfondimento su tematiche relative alla salute psicologica.

2008 ad oggi

Svolgimento della attività di Psicologa Libero Professionista presso il proprio studio sito in Viale Cesare Battisti 21 Pavia.

Gestione del sito di consulenze psicologiche on line www.counselingpsicologico.it, in cui offro la possibilità di trattare problematiche dell'area psicologica a 360 gradi in modalità interattive come nel servizio di colloquio psicologico via chat o in modalità differita come nel servizio di contatto attraverso email o ancora con modalità in tempo reale e diretta attraverso il servizio di supporto psicologico telefonico.

Realizzazione di corsi di supporto psicologico aperti ad utenti di ogni età sulle seguenti tematiche: supporto alla genitorialità, alla terza età, al paziente oncologico e ai suoi familiari, all'elaborazione del lutto, al divorzio, alle neomamme, alle mnemotecniche, alla programmazione neurolinguistica e uno dedicato alla preparazione dell'Esame di Stato in Psicologia.

Realizzazione di sedute di riabilitazione cognitiva per i pazienti che abbiano subito traumi cranici, ictus o che soffrano di malattie degenerative come Alzheimer o Parkinson.

2009- 04/2010

Curatrice della rubrica di Psicologia "Oggi come stai" in onda sulle frequenze Radio di Radio Ticino Pavia ogni giovedì mattina in diretta

2009 ad oggi

Fondatrice di "Familiaramente Benessere", Centro di promozione del Benessere Psicologico in Viale Cesare Battisti 21 in Pavia, in cui si svolgono non solo consulenze psicologiche rivolte all'ambito familiare e individuale ma anche corsi di formazione e promozione del Benessere Psicologico e delle risorse psicologiche individuali.

Curatrice di progetti di prevenzione dell'obesità e dei disturbi del comportamento alimentare presso scuole ed enti di formazione.

Mediatrice Familiare con coppie in crisi temporanea o con coppie in fase di separazione/divorzio consensuale o giudiziale

Curatrice e ideatrice del progetto : "Il mese della Prevenzione di..." In cui ogni mese, attraverso il Centro, viene data la possibilità ai cittadini di usufruire di un colloquio gratuito con le psicologhe del Centro per affrontare, conoscere e trattare diverse tematiche legate alla sfera psicologia (per esempio: nel "Mese della Prevenzione della Depressione Post-Partum " viene data la possibilità di fruire di un colloquio gratuito in cui vengono spiegate le diverse problematiche legate al post partum, viene fatta formazione sull'individuazione tempestiva della sintomatologia che potrebbe dare inizio a disturbi più invalidanti e viene data la possibilità di fruire di un percorso, nel caso il paziente ne abbia già

	<p>bisogno, ad hoc riabilitativo e di un supporto psicologico in modo da promuovere una cultura del benessere psicologico e da agire tempestivamente in presenza di disagi già conclamati o presenti.</p> <p>Attività di consulenze psicologiche in ambito giuridico, chimata sia dal Tribunale che dagli avvocati in merito a perizie di tipo psicologico o alla valutazione delle abilità genitoriali in casi di separazioni e divorzi.</p> <p>Curatrice di Progetti di empowerment familiare e individuale in diversi paesi della Provincia Pavese</p> <p>Psicologa di riferimento per la stesura di diversi articoli di natura Psicologica su giornali e emittenti giornalistiche locali: dal Settimanale Pavese, a TelePaviaweb a TelePavia, al giornale diocesano Cattolico Il Ticino a Eco, mensile distribuito in tutta la provincia a Lady's nuovo bimensile dedicato appunto al mondo femminile anch'esso distribuito in tutta la provincia terminando con Radio Ticino Pavia,unica emittente provinciale.</p> <p>Ideatrice del servizio SOS Psicologa, in cui, attraverso il Centro, viene data la possibilità a famiglie o coppie che ne sentano la necessità, di fruire di un servizio di osservazione e supporto domiciliare di tipo psicologico per l'individuazione ,sul campo, di problematiche legate all'andamento familiare o della coppia .In seguito viene data l'opportunità di usufruire di un percorso di supporto e riabilitazione psicologica e familiare ad hoc presso il Centro.</p> <p>Ideatrice e Responsabile del nuovo sito dedicato alla" Psicologia che incontra le persone e le famiglie" www.familiarmedebenessere.it</p> <p>Counselor psicologico di coppia, percorsi ad hoc di potenziamento all'interno della coppia, nell'ambito della comunicazione, dei sentimenti,dell'emotività e delle strategie personali</p>
<p><u>FORMAZIONE</u></p>	<p>Seminario, facoltà di psicologia dell'università di Pavia, " L'età incerta": problematiche e tematiche adolescenziali.</p> <p>Corso di studio di lingua inglese presso il BlackRock College di Dublino (Irlanda)</p> <p>Corso di approfondimento di lingua inglese presso il King's St. Joseph's Hall di Oxford</p> <p>Corso LIS (linguaggio sordomuti)</p> <p>Laboratorio di arte- terapia annuale per bambine ed adolescenti, presso il collegio Santa Benedetta Cambiagio</p> <p>Insegnamento di Catechismo ai bambini della scuola elementare</p> <p>Assistenza psicologica e ricreativa come opera di volontariato presso la Casa di ricovero per anziani Pertusati di Pavia.</p> <p>Corso di "Valutazione e diagnosi dei disturbi cognitivi dell'adulto" presso l'Istituto Nazionale Neurologico "Carlo Besta"</p>

	<p>Seminario, facoltà di psicologia dell'università di Pavia, "Percezione, movimento e motricità"</p> <p>500 ore di tirocinio presso il laboratorio di neuropsicologia dell'Istituto Neurologico Casimiro Mondino di Pavia.</p> <p>400 ore di tirocinio presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Pavia.</p> <p>Seminario presso L'istuto Besta di Milano dal tema " disturbi del comportamento alimentare:approcci e strategie di intervento."</p> <p>Master in mediazione Familiare presso il Centro studi Bruner di Milano, accreditato Aimef e Cenaf.</p>
<p><u>LINGUE STRANIERE</u></p>	<p>Inglese: molto buono (certificazione college di Dublino, Cork (Irlanda) e di Oxford (Inghilterra)</p>
<p><u>ISTRUZIONE</u></p>	<p>1995–2000 <i>Liceo Classico S. GiorgioPavia</i></p> <p><i>Maturità classica</i></p> <p>2000–2003 Università Degli Studi di Pavia</p> <p><i>Laurea di Psicologia primo livello ad indirizzo riabilitativo neuropsicologico clinico</i></p> <p>2003–2006 Università Degli Studi di Pavia</p> <p><i>Laurea specialistica in psicologia, curriculum Ciclo di Vita-Orientamento e lavoro</i></p> <p>2007</p> <p><i>Abilitazione all'esercizio della professione di Psicologo</i></p> <p>2008</p> <p><i>Iscrizione Albo Psicologi della Lombardia numero 11351</i></p> <p>2009</p> <p><i>Master in mediazione familiare presso il Centro studi Buner di Milano accreditato Aimef e Cenaf.</i></p>

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali secondo la Legge 675/96.