



## Laura Fregonese

Via Parrocchia 9, Aicurzio. 20886 MB

Studio: via Pio X n.5, Concorezzo - MB

Numero di Cellulare 338 6195747

E-mail: laura.fregonese.64@gmail.com

### Qualità

Accogliente

Non giudicante

Rigorosa

Lavoro nel campo della formazione dal 2000. Mi occupo di comunicazione, motivazione, competenze genitoriali, crescita personale e gestione dei conflitti, sia in contesti d'aula, sia in percorsi individuali e di coppia.

## Capacità e competenze

- Consulenze di counseling e Parent counseling, individuali e di coppia
- Co-progettazione e attuazione di interventi formativi

per Atipica e Slowworking – Vimercate <https://www.slowworking.it/>, in particolare:

**Slowelfare** 2023 benessere organizzativo e conciliazione vita-lavoro;

**Re-Start** 2022-3 percorso di riprogettazione professionale dedicato alle donne;

**Roles in progress** 2019-22 percorsi sugli stereotipi di genere e di ruolo, ITC Vanoni , anche on line;

**Smart Courtyard** 2020-22, centri estivi in rete con i Servizi Sociali;

**NutriMenti**, Star bene con se stesse per star bene con gli altri,

**Vivalo**, promozione di nuove imprese nell'ambito della conciliazione famiglia-lavoro;

laboratori ludico-didattici e sul Metodo di studio.

- **Docenza di Comunicazione e Organizzazione** Enaip, Brain Form e AFOL Lombardia
- **Docenza di Materie umanistiche e Soft Skills** – ITS Floriani, Gandhi, ENAIP
- **Custode del Gioco** – [manifestodelgioco.it](http://manifestodelgioco.it)

### Altre Esperienze

#### **Decathlon 2017:**

*Far crescere  
l'adattamento  
reciproco.*

**Azione:** progettazione  
e conduzione  
intervento; colloqui  
individuali.

**Obiettivo:** migliorare  
le dinamiche  
relazionali del team e  
l'inclusione di un  
collega portatore di  
handicap.

## Formazione accademica

**1997** **Laurea magistrale in Filosofia ind. Psicologico**

Università degli Studi di Milano

In particolare, tesi sperimentale "*Nascere e far nascere in terra straniera*" obiettivo del progetto: riattivare le risorse interiori delle donne partecipanti, stimolare ad un agire più consapevole di mediazione culturale e sostegno affettivo alla famiglia.

**2017.** Diploma di Counseling Maieutico – CPP, Piacenza

**2022.** Abilitazione al Metodo Parent Counseling Daniele Novara

### Lingue

**Inglese:** Livello  
B1

### Informatica

**Office:** Word, Excel,  
Powerpoint.

**Sistemi di  
videoconferenza:**

Meet, Teams,  
Zoom, Webex,  
Skype

### Altre informazioni

Patente di guida: B

Disponibilità per interventi da  
remoto e in presenza con  
trasferta