

CURRICULUM VITAE

SÒNIA MARTÍNEZ GÓMEZ

2 de septiembre de 1974 (Barcelona, España)

Teléfono móvil: 667 75 28 30

e-mail: sonia@orientados.cat



OBJETIVOS PROFESIONALES

Fomentar la introspección y el autoconocimiento mediante herramientas de la Psicología Humanista y el coaching con un doble objetivo: Facilitar a los jóvenes un tiempo y espacio para favorecer la conciencia emocional y poder tomar una decisión de futuro profesional, más reflexiva y congruente con sus intereses, capacidades, habilidades y recursos y promover el desarrollo de la Inteligencia Emocional, como herramienta de afrontamiento del día a día y facilitadora de un mayor bienestar psíquico.

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Psicoterapeuta especializada en Orientación Vocacional. Tras acabar el Grado en Psicología. Fundadora de la 1ª Consultoría de Autoconocimiento para jóvenes Orientados.cat. Ejerciendo en Centro Hestía c/Mallorca, 279 de Barcelona. (mar 18-actualidad)

Miembro del Grupo de Trabajo en Inteligencia Emocional del COPC. Asistencia y colaboraciones en Taules Rodonas de promoción de la IE, así como en las Jornadas que el grupo organiza y promociona (desde enero 2019).

Coach personal. Tras realizar el Máster en Coaching Estructural (200hs). Sesiones individuales de coaching enfocado al autoconocimiento y la orientación académico-profesional (jun.10-mar 18).

Adjunta a dirección y responsable departamento Administración en CRISTALERÍA METALISTERÍA PEDRO, S.L. Estrategia de empresa e implementación de procesos administrativos. (may.07-feb.10)

Ejecutiva de cuentas en THE PINK PARTNER, S.L. Agencia de publicidad. Barcelona. Gestión y trato con clientes, tareas de producción de campañas publicitarias y eventos. (feb.07–may.07)

Emprendedora. Creación y puesta en marcha de una empresa de servicios informáticos. LAUSON INFORMATICA CLICK 2004, S.L. (sep.03-oct.05)

Adjunta al Director Financiero – Administrativo en GRUPO EXPO HOTELES & RESORT (actualmente SELENTA GROUP). Contabilidad, supervisión y cierre fiscal. Mediación entre empresa y Administración pública. Estudios de riesgo de los clientes del grupo. (mar.01-feb.06)

Auxiliar administrativo y contable en PAPERS CATALUNYA, S.A. Facturación, gestión de cobros y pagos, gestión bancaria, contratación y coordinación de transporte de mercaderías. (jun.97- mar.01)

Auxiliar Administrativa en CRISTALERÍA METALISTERÍA PEDRO, S.L. Compaginando estudios universitarios, a tiempo parcial: atención al cliente y gestión de pedidos. (1993-1997)

FORMACIÓN ACADÉMICA

Postgrado en Intervención Integral en Psicoterapia. Institut Gomà. (2018)

Grau en Psicologia. Universitat Ramon Llull-Blanquerna. (2016)

Máster en Coaching Estructural. Certificado por Centro DCT. Barcelona. (oct.09-jun.10)

Máster en Gestión de la Comunicación y Relaciones Públicas en las Organizaciones. IL3 Universitat de Barcelona, Les Heures (2005-2007).

Diplomatura de Ciencias Empresariales. Universitat Pompeu Fabra (1993-1996)

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Curso de competencias emocionales de 6 a 12 años. 10hs. COPC. (Mar 21)

Orientación Vocacional: Teoría y técnica. 80hs. Punto y seguido con S.Rascovan (Feb 21)

Regulación emocional: Concepto y estrategias terapéuticas. 8hs. COPC. (Nov 19)

Curso Especialista en Desarrollo de la Autoestima. Institut Gomà. (Oct 2019)

Autoestima y empoderamiento para las dificultades de regulación de conducta y aprendizaje. Recursos y estrategias de intervención. Escola d'Estiu Blanquerna (Jul 19)

Curso avanzado en Savam® con Alejandro Fiol. 15hs. (Ene 2019).

Postgrado Terapia Reconstructiva Interpersonal para la Ira, Ansiedad y Depresión con la Dra. Lorna Smith Benjamin. 20hs. Centro Intern. de Psicoterapia Hestia. Bcn (Nov 2017)

Neuroeducación: neurociencia en el aula. FPCEE Blanquerna (Mar 2016)

Gestió efectiva de les emocions. 30hs. FPCEE Blanquerna (Feb 2015)

La Psicología positiva. 30hs. FPCEE Blanquerna (May 2012)

Grafología: la psicología de l'escriptura. 13hs. Universitat d'estiu Ramon Llull 2011

Cómo hablar siempre con eficacia (13hs). Universitat d'estiu Ramon Llull 2011

Coaching y liderazgo (13hs). Universitat d'estiu Ramon Llull 2011

Les xarxes socials com a eina de promoció personal en temps de crisi (13hs). URL 2011.

Curso de inglés. Estancia de 8 semanas y 160hs lectivas. Internacional House School. (Londres ago-oct 2006).

Curso de grafología. Gabinete grafológico Escrip Casañé. Barcelona. Curso 96-97.

Curso técnicas de estudio. Inst.Pascal. Organización de las tareas y el tiempo. (Bcn '94)

OTRAS ACTIVIDADES

Voluntariado en Odontólogos sin Fronteras de Perú. (jul.-ago. 2010)

Colaboración en la campaña electoral a la Presidencia del FCBarcelona, como **Secretaria del Consell Sènior Blaugrana** (CSB). Organización y asistencia a todas las reuniones del CSB y redacción de actas. Gestión activa en las sesiones plenarias. (sept. 09-jun.10)

IDIOMAS

Español y Catalán. Bilingüe. Hablado y escrito.

Inglés. Nivel Advanced.