

Lebenslauf Sophie Philipona

Persönliche Daten

Sophie Philipona
sophie.philipona@gmail.com

Geboren am 21.8.1988 in Freiburg (Schweiz)
Doppelbürgerin (Schweiz, Frankreich)
Ledig, keine Kinder

- **Französisch:** zweisprachig (Deutsch und Französisch)
- **Englisch:** fließend, sehr gute Kenntnisse (C1)
- **Spanisch:** gute Kenntnisse (B2)



Berufserfahrung

- Seit 01/2024 **Schulsozialarbeiterin OS und Primarschule Tafers**, Ressourcenorientierte Begleitung von Lehrpersonen und SchülerInnen in herausfordernden Situationen
- 07/2022 - 09/2024 **Referentin bei Movis AG, schweizweit**
Erstellung und Durchführung von Achtsamkeits-, Resilienz- und Stressbewältigungsprogrammen für Firmen (MA und Management)
- Seit 08/2023 **Zusammenarbeit mit der Privatschule Viraje, Marly**
Zusammenstellen und Unterrichten vom Fach "Gesundheitsförderung", Teamleitung, Hausbesuche und Coaching von Jugendlichen in Krisensituationen
- Seit 04/2022 **Coach bei Supersens, Gesundheitszentrum Schwarzsee**
Eigene Praxis im systemischen Hypnosecoaching, Eventorganisation und Kurse
- Seit 03/2013 **Lehrerin auf Sekundarstufe 1, Fribourg und Bern**
Lehrtätigkeit in Sprachen, Naturwissenschaften, Gesundheitsförderung in der Orientierungsschule, in Privatschulen und Stiftungen

Studium und Ausbildung

- 05/2024 - 05/ 2025 **CAS Systemische Schulsozialarbeit**, FHNW Murtens
- 09/2012 - 07/2017 **Lehrer/innenausbildung für die Sekundarstufe 1, Universität Freiburg**, Masterarbeit zum Thema Achtsamkeit im Lehrerberuf
- 09/2009 - 02/2012 **Studium der Veterinärmedizin, Bern**
- 09/2004 - 06/2008 **Kollegium St. Michael, Freiburg**

Weiterbildungen

- 08/2021 - 06/2022 **Basisausbildung systemisches Aufstellen und Persönlichkeitsentwicklung**, bei Schneuwly Coaching, Schmitten
- 09/2021 - 06/2022 **Trance Healing**, Centre Surya, Villaz-St-Pierre
- 05/2020 - 01/2022 **CAS im Systemischen Hypnosecoaching**, IEF Zürich
- 05/2020 - 07/2022 **Hypnosetherapie NGH** (National Guild of Hypnotists), Crans-Montana
- 06/2018 - 12/2019 **Achtsamkeitslehrerin MBSR** (Mindfulness Based Stress Reduction), Institut für Achtsamkeit, Zug
- 05/2018 - 11/2018 **Reiki-Master**, Dublin (Irland)
- 11/2017 - 07/2018 **Yoga-Alliance zertifizierte Yogalehrerin** (200-stündiges Yoga Teacher Training), Coudres (Frankreich)
- Seit 06/2017 **Medium**, Arthur Findlay College, London Stansted (GB)
Fortlaufende Ausbildung in Energiemanagement, Medialität, Trance
- 07/2016 **Achtsamkeitsschulung von Jugendlichen**, Edinburgh (Schottland)