

Mag. Lorena Estefanell

Es psicóloga clínica graduada en la Universidad Católica del Uruguay. Tiene una maestría en psicoterapia cognitiva (Universidad de Valencia) y otra maestría en organizaciones y comunicación (UCUDAL). Es terapeuta cognitivo-comportamental egresada de SUAMOC, lugar donde también realizó la especialización en niños y adolescentes. Realizó entrenamientos como terapeuta en Terapia cognitiva centrada en esquemas (CTC), en terapia EMDR (CEPTRA) y terapia de parejas (Método Gottman). Actualmente, se encuentra realizando el posgrado de Modelo Sistémico en la Escuela Sistémica Argentina.

Es profesora adjunta de alta dedicación del Departamento de Psicología de UCU. Además, es directora de la maestría en psicoterapia de adultos, parejas y familias y es responsable de las prácticas clínicas a nivel de posgrado y maestría. También tiene a su cargo la Dirección de profesorado. Anteriormente, fue coordinadora de la tecnicatura en acompañamiento terapéutico (2007-2011), directora del Departamento de Psicología Clínica (2011-2013) y directora de la maestría en psicología clínica cognitiva (2013-2018).

Es consultora internacional en temas vinculados al manejo del tiempo, toma de decisiones y solución asertiva de conflictos. Ha realizado capacitaciones en organizaciones públicas y privadas tanto en Uruguay como en América Latina y España.

Desarrolla actividades de capacitación y asesoramiento a nivel educativo, trabajando con padres, educadores y alumnos, en temas vinculados a la convivencia, manejo de conflictos, y habilidades socioemocionales.

Es autora del libro “El síndrome de quemarse por el trabajo en desarrolladores de software” (Editorial académica española). Es coautora de “Convivir en tiempos difíciles” junto con el Dr. Ariel Gold y el Mag. Roberto Balaguer.

Redactó las guías de Unicef para padres en el uso responsable de pantallas y participó del ciclo “Cuando todo cambió” Guía de asesoramiento a padres y familias.