

**FORMATO
EUROPEO PER IL
CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

Indirizzo

Telefono

E-mail

Nazionalità

Data di nascita

ALESSANDRA MARELLI

Senago (Mi) Telefono cellulare:

Italiana

03 MARZO 1978

**ESPERIENZA LAVORATIVA
ATTUALE**

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore

Dal 2012 ad oggi

Psicologa – Psicoterapeuta libera professionista

SERVIZI ALLA PERSONA – TERZO SETTORE

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

Dal 2011 al 2012

Cooperativa Sociale Atipica - Milano

SERVIZI ALLA PERSONA – TERZO SETTORE

Psicologa tirocinante

Affiancamento, in qualità di osservatore, nei colloqui di consulenza individuale, di coppia e familiari allo scopo di apprendere gli strumenti tipici del colloquio clinico attraverso lo specchio unidirezionale di psicoterapie ad orientamento sistemico.

Affiancamento nelle attività psicologiche allo scopo di apprendere le modalità di svolgimento della professione.

Affiancamento in qualità di osservatore nella conduzione di gruppi motivazionali con persone detenute straniere e tossicodipendenti allo scopo di apprendere le modalità e le tecniche di conduzione dei gruppi con particolare riferimento alla tipologia d'utenza.

Affiancamento nei colloqui nuovi giunti, detenuto stranieri tossicodipendenti, in qualità di osservatore nella somministrazione di test (Europe-ASI; SCL-90; MAC/P; SCID I) nella loro siglatura e nella stesura della relativa relazione.

Partecipazione agli incontri di rete con operatori di servizi.

Ricerche bibliografiche e sperimentali.

Attività di prima accoglienza dell'utenza che accede al Centro Studi e Psicoterapia.

- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego

Gennaio 2009 a luglio 2011

A.G.B. Onlus Sezione Villa Luce – Via Ippocrate, 22
Milano

SERIVIZI ALLA PERSONA – TERZO SETTORE

Educatrice sociopsicopedagogica

Aiutare le adolescenti affidate alla struttura a sviluppare competenze che permettono di gestire la loro vita in modo autonomo e responsabile.

Sostenere le giovani nella gestione della quotidianità. Sostenere le ragazze nel contenere affettivamente le loro ansie, nello sperimentare una realtà diversa, nel prendersi cura dello stato dell'alloggio e delle relazioni con gli altri, nell'affiancarle e sostenerle nel percorso scolastico, nella corretta gestione del denaro, nella gestione del tempo.

Anno scolastico 2008/2009 (fino a gennaio)

Istituto Comprensivo "Pareto" (scuola media) di Milano

Via Gallarate, 15

20151 Milano

SERIVIZI ALLA PERSONA – TERZO SETTORE

Educatrice – Sostegno per bambini con disabilità

Aiutare favorendo il processo di apprendimento di bambini diversamente abili, con difficoltà cognitive/comportamentali, spesso legate a diagnosi di autismo. Aiutare questi bambini nella gestione di relazioni tra pari e tra adulti.

Anno scolastico 2007/2008

Scuola Media Ghandi di Milano (zona Affori)

Piazza Gasparri, Milano

SERIVIZI ALLA PERSONA – TERZO SETTORE

Educatrice – Sostegno per bambini con disabilità

Aiutare favorendo il processo di apprendimento di bambini diversamente abili, con difficoltà cognitive/comportamentali, spesso legate a diagnosi di autismo. Aiutare questi bambini nella gestione di relazioni tra pari e tra adulti.

Anno scolastico 2006/2007

Cooperativa "IL MEOGRANO" - MILANO

SERIVIZI ALLA PERSONA – TERZO SETTORE

Educatrice – Sostegno per bambini con disabilità (scuole elementari)

Aiutare favorendo il processo di apprendimento di bambini diversamente abili, con difficoltà cognitive/comportamentali, spesso legate a diagnosi di autismo. Aiutare questi bambini nella gestione di relazioni tra pari e tra adulti.

Da Dicembre a marzo 2006

Cooperativa Sociale Raggio di Sole

Cerro Maggiore (Mi)

TERZO SETTORE

Impiegata Amministrativa

Tra i compiti principali: addetta al Personale – Assistente alla selezione del personale, rilevazione malattie, comunicazione agli enti preposti, rilevazioni presenze, assistente per l'elaborazione di paghe e contributi) – Amministrazione, contabilità e servizi vari

Da Gennaio a Novembre 2006

ARC INTERNATIONAL COOKWARE (Pyrex Engineering Division) di Figino
Serenza (Co)

MULTINAZIONALE

Impiegata Settore Clienti Stranieri

- Principali mansioni e responsabilità
Tra i compiti principali: Customer Care Assistant, con mansioni relative alla gestione clienti, gestione ordini, logistica, coordinamento uffici esteri e recupero crediti.
- Date (da – a) 2004/2005
- Nome e indirizzo del datore di lavoro SANITA MILANO – IN TOUCH PER REGIONE LOMARDIA - MILANO
- Tipo di azienda o settore SERVIZI ALLA PERSONA - TERZO SETTORE
- Tipo di impiego **Impiegata - operatrice di sportello**
- Principali mansioni e responsabilità
tra i compiti principali: prenotazione visite mediche specialistiche presso alcune strutture ospedaliere di Milano, informazioni, orientamento e aiuto del paziente;
- Date (da – a) 2003/2004
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Skipper disco Pub
- Tipo di azienda o settore LOCALE – TERZO SETTORE
- Tipo di impiego **Art Director - Gestore**
- Principali mansioni e responsabilità
Tra i compiti principali: organizzazione e gestione di serate ed eventi, gestione e coordinazione del personale.
- Date (da – a) 2003/2004
- Nome e indirizzo del datore di lavoro NAVSUPACT LA MADDALENA
- Tipo di azienda o settore BASE MILITARE NATO
- Tipo di impiego **Interprete**
- Principali mansioni e responsabilità
Collaborazione in qualità traduttrice/interprete.
- Date (da – a) 2002 /2003
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Utenze Private
- Tipo di azienda o settore Ripetizioni Inglese
- Tipo di impiego Ripetizioni inglese, recupero lacune. Mini corsi di perfezionamento per adulti.
- Principali mansioni e responsabilità
- Date (da – a) 2001
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Samarcanda
- Tipo di azienda o settore *VARESE in via ponte rotto, 7*
- Tipo di impiego SOCIETA DI SERVIZI
- Principali mansioni e responsabilità **Hostess – Responsabile Fitness**
- tra i compiti principali: orientamento e accoglienza clienti. Istruttrice Fitness, istruttrice nuoto (corsi bambini e adulti), ginnastica dolce e yoga per anziani.

- Date (da – a) 2000
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro GEP Communication Strategies
Cologno Monzese, Mi
 - Tipo di azienda o settore Agenzia Pubblicitaria
 - Tipo di impiego **Segretaria di Redazione**
 - Principali mansioni e responsabilità tra i compiti principali: assistente al vice caporedattore, gestione reparto grafica, coordinamento uscite riviste e raccolta materiale per campagne pubblicitarie.
-
- Date (da – a) 1999/2000
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro Utenze Private
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego **Ripetizioni Inglese**
 - Principali mansioni e responsabilità Ripetizioni inglese, recupero lacune.
-
- Date (da – a) 1997/1999
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro Ente Fiera Milano
 - Tipo di azienda o settore (quasi tutte le fiere: tra cui BIT; ARTIGIANANATO IN FIERA, SMAU)
 - Tipo di impiego FIERA MILANO
 - Principali mansioni e responsabilità **Hostess - Interprete**
 - tra i compiti principali: assistenza clienti, interpretariato (inglese), problem solving person e come supporto alla fiera per la risoluzione di problemi logistici.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) 2024 - 2025
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di Alta formazione per psicoterapeuti con Janina Fisher – TIST (Trauma-informed Stabilization Treatment) 1 LIVELLO – TIST 2 LIVELLO
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio **Trauma-Informed Stabilization Treatment o TIST** si concentra sulla **coltivazione della consapevolezza** del sé rinnegato dei pazienti e dell'esperienza rinnegata. Man mano che imparano a relazionarsi con le loro emozioni travolgenti e il comportamento impulsivo come testimonianza di sé più giovani legati al trauma, la maggior parte dei pazienti inizia a provare un senso interno di gratitudine che aumenta la loro empatia per il bambino che erano molto tempo fa. In questo modello si utilizzando strategie ispirate alla teoria della dissociazione strutturale, alla psicoterapia sensomotoria e ai sistemi familiari interni, per favorire gli attaccamenti interni alle parti più profondamente sconosciute dei pazienti.
- Qualifica conseguita Psicoterapeuta TIST

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

2012

APL – Associazione Psicologi Lombardia – corso di alta formazione in psicologia perinatale e fisiologia

La **Psicologia Perinatale** si occupa del **benessere e del sostegno a tutto il nucleo familiare**. Partendo dalla coppia e dal progetto generativo, dalla nascita ai primi anni di vita del bambino, la Psicologia Perinatale sostiene, ed eventualmente interviene, laddove occorra **rafforzare le competenze della triade**. Questo ambito della psicologia si focalizza, infatti, proprio su questo: la triade composta da madre, padre e bambino e il loro benessere. Alla Psicologia Perinatale si affianca, nel nostro modello, la **Fisiologia**, in particolare della gestazione, del parto, dell'allattamento, della neonatalità e dello sviluppo del bambino nei primi anni di vita. L'importanza della Psicologia Perinatale non riguarda soltanto l'impianto teorico che la costituisce, ma si estende soprattutto all'impatto che può avere - e che di fatto ha - nell'ambito della **prevenzione e della promozione della salute** di una popolazione decisamente ampia.

- Qualifica conseguita

Psicologo Perinatale

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Da 2013 al 2016

Scuola di specializzazione Psicoterapia Gestalt HCC di Spagnuolo Lobb Milano

Dare strumenti fenomenologico-relazionali di lettura e di intervento per il disagio psichico, in vari setting: individuale, di coppia, di famiglia e di gruppo; Fornire una competenza diagnostica e psicopatologica per tutta la gamma dei disturbi psichici, da quelli "evolutivi" ai disturbi gravi; Fornire strumenti per la ricerca clinica in psicoterapia; Fornire un modello esperienziale di intervento sui processi relazionali in gruppo; Sviluppare le risorse personali in modo creativo; Dialogare con altri modelli psicoterapici, in contatto con le comunità professionali internazionali

- Qualifica conseguita

Psicoterapeuta

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

2015 - 2016

Associazione EMDR – Alta formazione Psicoterapia EMDR (Livello 1 – Livello 2 – Practitioner) Milano

L'EMDR (dall'inglese Eye Movement Desensitization and Reprocessing, Desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i movimenti oculari) è un approccio terapeutico utilizzato per il trattamento del trauma e di problematiche legate allo stress, soprattutto allo stress traumatico. **L'EMDR** si focalizza sul ricordo dell'esperienza traumatica ed è una metodologia completa che utilizza i movimenti oculari o altre forme di stimolazione alternata destro/sinistra per trattare disturbi legati direttamente a esperienze traumatiche o particolarmente stressanti dal punto di vista emotivo. L'elaborazione dell'esperienza traumatica che avviene con l'EMDR permette al paziente, attraverso la desensibilizzazione e la ristrutturazione cognitiva che avviene, di cambiare prospettiva, cambiando le valutazioni cognitive su di sé, incorporando emozioni adeguate alla situazione oltre ad eliminare le reazioni fisiche. Questo permette, in ultima istanza, di adottare comportamenti più adattivi.

- Qualifica conseguita

Psicoterapeuta EMDR

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Da novembre 2008 a marzo 2012

**Laurea Magistrale in Psicologia Clinica e di comunità
Università degli Studi di Torino**

La Laurea magistrale in Psicologia clinica e di comunità si propone di perfezionare la conoscenza e l'utilizzo degli strumenti teorici e metodologici necessari per l'intervento psicologico clinico e per l'analisi, la ricerca e l'intervento psicosociale. La figura professionale che tale Laurea dovrebbe contribuire a formare vuole soddisfare le richieste che provengono da diversi contesti professionali e organizzativi e in particolare dai servizi clinici, medico-psicologici, sociali, educativo - scolastici, nonché dagli enti locali.

L'impostazione scientifica e didattica è orientata principalmente a formare una cultura di confronto e dialogo fra differenti modelli teorici, volta sia alla relazione clinica e interpersonale sia all'analisi dei processi psico-sociali. Contemplando l'importanza dell'interfaccia fra aspetti psicologici e dimensioni socio-contestuali, intende quindi fornire competenze specifiche per un intervento a più livelli (individuale, sociale e organizzativo) soddisfacendo una richiesta di competenze psicologiche specifiche.

- Qualifica conseguita

Psicologa clinica e di comunità

Laurea conseguita contestualmente al lavoro di educatrice full time.

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Gennaio 2005 – Maggio 2008

**Laurea Triennale in scienze e tecniche psicologiche - Psicologia Sociale
Università degli Studi di Trieste**

Il Corso di Laurea in scienze e tecniche psicologiche si propone di sviluppare le conoscenze e le competenze di base del sapere psicologico (con particolare attenzione alle dimensioni relazionali) in modo integrato per i diversi ambiti disciplinari, al fine di costituire le fondamenta indispensabili e trasversali per ogni sviluppo professionale nelle più diverse applicazioni e in vari ambiti di intervento. L'intento è di far maturare la capacità di accoglimento e lettura della domanda e di fornire risorse per la gestione degli interventi professionali rivolti alla persona, alla famiglia, al gruppo (nei contesti istituzionali, territoriali e di comunità) e alle organizzazioni. Il Corso si propone dunque di offrire conoscenze, metodi e tecniche negli ambiti sociale, di comunità, clinico e dinamico.

Il Corso di Laurea in Scienze e tecniche psicologiche fornirà gli strumenti coerenti con un profilo professionale di collaboratore in attività psicologiche con particolare riferimento a molteplici ambiti del lavoro, in contesti collettivi, organizzativi e istituzionali e per quanto attiene alla partecipazione a progetti finalizzati alla promozione del benessere e della salute individuale e sociale, nonché all'apprendimento e al cambiamento per lo sviluppo personale e professionale

- Qualifica conseguita

Psicologo JNR

Laurea conseguita contestualmente al lavoro full time

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

1998

ELS di New York, New York

INGLESE

- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

TOEFL

Certificazione relativa alla perfetta conoscenza della lingua inglese. Valido per entrare nei programmi universitari e post universitari americani.

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

1997 - 1998

Corso di perfezionamento/specializzazione presso C.A.P.A.C Milano

gestione degli eventi, siano essi di carattere congressuale o di natura differente come gli eventi culturali. La sua operatività prende avvio già dalla fase di primo contatto con il cliente, che segue fino alla realizzazione effettiva dell'evento.

Le sue principali responsabilità e funzioni riguardano la determinazione del budget, l'ideazione e la progettazione dell'evento, la definizione delle sue caratteristiche, l'individuazione dei servizi connessi (ufficio stampa, accomodation, produzione e distribuzione di materiale promozionale ecc.).

Qualifica di PCO (Professional Congress Organizer)

- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

1992 - 1997

Diploma turistico/linguistico

conoscenze e competenze a livello linguistico /turistico, alberghiero, dei trasporti e dei servizi sul territorio

- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

Diploma scuola media Superiore (quinquennale)

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

ITALIANA

ALTRE LINGUA

INGLESE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

ECCELLENTE
BUONO
ECCELLENTE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

SPAGNOLO
BUONO
ELEMENATARE
BUONO

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

FRANCESE
ELEMENTARE
ELEMENATARE
ELEMENATARE

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

CAPACITÀ DI VIVERE IN AMBIENTI MULTICULTURALI ACQUISITA DURANTE I MIEI NUMEROSI VIAGGI E PERMANENZE ALL'ESTERO, IN PARTICOLARE DURANTE IL MIO SOGGIORNO DI QUASI DUE ANNI NEGLI STATI UNITI.

DISCIPLINA E RIGORE SONO COMPETENZE ACQUISITE GRAZIE ALL'INSEGNAMENTO DI ATTIVITÀ SPORTIVE, IN PARTICOLARE NUOTO E FITNESS.

L'ESPERIENZA NEI VILLAGGI TURISTICI MI HA REGALATO LA CAPACITÀ DI LAVORARE IN TEAM PER RAGGIUNGERE UN OBIETTIVO COMUNE E DI SOPPORTARE STRESS ANCHE ELEVATI E ORARI DI LAVORO ESTENUANTI.

CAPACITÀ DI ASCOLTO ATTIVO APPRESA GRAZIE ALLA FORMAZIONE PRETTAMENTE PSICOLOGICA ACQUISITA DURANTE GLI ANNI MA ANCHE GRAZIE AI NUMEROSI LAVORI DI SQUADRA.

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

SPICcate DOTI ORGANIZZATIVE ACQUISITE NEGLI ANNI GRAZIE ALLE ESPERIENZE DI ORGANIZZATRICE E MANAGER DEL PERSONALE.

GLI STUDI UNIVERSITARI PORTATI A TERMINE CON SUCCESSO CONTESTUALMENTE AL LAVORO MI HANNO CONSENTITO DI ACQUISIRE UN'ELEVATA CAPACITÀ DI GESTIRE IL TEMPO ORGANIZZANDOMI AL MEGLIO. INOLTRE LE MIE NUMEROSE ESPERIENZE IN DIFFERENTI AMBITI E AREE OCCUPAZIONALI MI HANNO DATO LA POSSIBILITÀ DI DIVENTARE FLESSIBILE E ADATTABILE IN BREVE TEMPO A REALTÀ MOLTO DIVERSE TRA LORO.

ANCHE L'AUTONOMIA RAGGIUNTA ALL'ETÀ DI 19 ANNI MI HA FATTO CRESCERE MOLTO E MI HA RESO UNA PERSONA ESTREMAMENTE ELASTICA E ORGANIZZATA.

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

CAPACITÀ INFORMATICHE:

AMBIENTI OPERATIVI: DOS-WINDOWS 3.X/95/98/2000/XP

SOFTWARE: WORD, EXCEL, POWER POINT, PUBLISHER, ACCESS, OUTLOOK, INTERNET, MAPICS E COGNOS (SOFTWARE SPECIFICI PER LA GESTIONE DI MAGAZZINI)
CONOSCENZA BASE LINGUAGGIO DI PROGETTAZIONE HTML.

CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE

TUTTO CIÒ CHE RIGUARDA LA DANZA.

HO PRATICATO PER ANNI A LIVELLO AGONISTICO NUOTO SINCRONIZZATO E NUOTO.

HO INSEGNATO PER DIVERSI ANNI BALLI LATINO AMERICANI E TUTTORA SONO ISTRUTTRICE DI ACQUAEROBICA, ACQUAGYM., ZUMBA.

HO LAVORATO IN UN CAMPO ESTIVO PER BAMBINI VOLTO AL POTENZIAMENTO DELLE LORO ABILITÀ SPORTIVE.

DJ (ATTESTATO CONSEGUITO NEL 2004)

PATENTE O PATENTI

Patente B (automunita)

ULTERIORI INFORMAZIONI

Durante il mio tempo libero lavoro presso la piscina Comunale di Senago (Mi) in qualità di istruttrice di nuoto, Assistente Bagnanti e istruttrice Fitness.

Nel corso degli anni ho sempre tenuto questa posizione aperta poiché mi ha consentito e tuttora mi consente, di recuperare le energie perse durante il lavoro.

Ho svolto numerose attività di volontariato, tra cui all'interno di un canile/gattile e all'interno di una comunità per minore con disagio.

Il sottoscritto, consapevole che il "conflitto d'interessi E.C.M." è ogni situazione nella quale un interesse secondario interferisce o potrebbe interferire con l'interesse primario consistente nell'obiettività, imparzialità e indipendenza della formazione professionale nel settore della salute connessa al Programma di Educazione Continua in Medicina (E.C.M.),

DICHIARA

l'assenza di interessi commerciali in ambito sanitario negli ultimi due anni dalla data di sottoscrizione del presente curriculum.

Data e luogo di sottoscrizione: 9/10/2025, SENAGO (Mi)