

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome **SPERA MILENA**  
E-mail **milena.spera@asst-fbf-sacco.it**

Iscritta ordine degli psicologi  
Lombardia **n. 03/15359**

Nazionalità Italiana

Data di nascita 11/06/81

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

- Date (da – a) 2017- in corso
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **ASST FATEBENEFRAPELLI SACCO**
- Tipo di impiego Psicologa-Psicoterapeuta UOC CHIRURGIA
- Principali mansioni e responsabilità Colloqui psicologici per idoneità all' intervento di chirurgia bariatrica, supporto psicologico pre/durante e post intervento chirurgico, conduzione gruppi di mindful eating, attività di ricerca.  
  
Psicologa- Psicoterapeuta DIPARTIMENTO DI SALUTE MENTALE  
Colloqui psicologici e psicoterapici presso SPDC e Ambulatorio per la Diagnosi e Cura dei Disturbi dell'Umore e dell'Ansia, valutazioni psicodiagnostiche, conduzioni di gruppi cognitivo-comportamentali, attività di ricerca.
- Date (da – a) 2017-2020
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **ASP Istituti Milanesi Martinitt e Stelline e Pio Albergo Trivulzio**
- Tipo di impiego Psicologa-Psicoterapeuta
- Principali mansioni e responsabilità Colloqui psicologici e psicoterapici presso reparti di lungodegenza (RSA), di cure intermedie (riabilitativi) e presso la UOC di Psicologia, accompagnamento al fine vita in Hospice e colloqui di supporto ai caregiver, valutazioni neuropsicologiche, conduzione di gruppi volti al supporto psicologico dei familiari pazienti con Alzheimer, attività di formazione al personale, attività di equipe nella stesura PAI e nella gestione del paziente in difficoltà in reparto.
- Date (da – a) 2012- in corso
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **Libera professione**
- Tipo di impiego Psicologa- Psicoterapeuta
- Principali mansioni e responsabilità Colloqui psicologici e psicoterapici ad orientamento dinamico-relazionale.  
Conduzione gruppi mindfulness.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) 23/25 Ottobre 2020 – 2/4 Novembre 2020
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **IPNOMED**  
**ACCADEMIA ITALIANA DI IPNOSI RAPIDA**  
**Ipnosi**  
Tecniche di induzione ipnotica – corso base e corso avanzato
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Date (da – a) 24/01/2012 – 09/03/2017
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Università Milano Bicocca- Scuola di specializzazione in Psicoterapia**  
Interventi psicoterapici integrati durante il Ciclo di Vita, psicopatologia, esperienze formative in contesti pubblici nell'area clinica dell'adulto e in quella della neuropsicologia dell'infanzia e dell'adolescenza.  
Specialista in Psicologia del Ciclo di Vita  
Psicoterapeuta
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
- Date (da – a) 2013-2017
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Asst Fatebenefratelli-Sacco**  
Dipartimento di Salute mentale: **SPDC, CPS, Centro per la diagnosi e cura dei disturbi dell'umore e dell'ansia.**  
Colloqui psicologici con pazienti ricoverati con acuzie psicopatologiche o seguiti dai Servizi territoriali e ospedalieri, conduzione di gruppi ad orientamento cognitivo comportamentale con pazienti ricoverati, attività di psicodiagnosi, colloqui psicologici con pazienti afferenti al progetto regionale TR32 sugli esordi di disturbi affettivi con particolare attenzione all'area del giovane adulto.  
Psicologa specializzanda in Psicoterapia
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
- Date (da – a) 2014/2015
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Ospedale Maggiore Policlinico. Fondazione IRCCS Cà Granda**  
**UONPIA**  
Attività psicodiagnostica delle abilità cognitive e dei disturbi dell'apprendimento, colloqui psicologici, conduzione di gruppi psicoeducativi con bambini difficili nell'area dell'affettività e dei disturbi del comportamento.  
Psicologa specializzanda in Psicoterapia
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
- Date (da – a) 2012/2013
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Istituto Servizi alla Persona Istituti Milanesi Martinitt e Stelline e Pio Albergo Trivulzio**  
**HOSPICE, RSA, CURE INTERMEDIE.**  
Colloqui psicologici di supporto all'anziano fragile e ai suoi familiari, nei reparti riabilitativi e nel fine vita. Valutazioni neuropsicologiche.  
Psicologa specializzanda in Psicoterapia
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
- Date (da – a) 2014/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **TEMPO MINDFULNESS (Milano)**  
**ISTITUTO LAMA TZONG KAPA (Pisa)**  
MBRS (Mindfulness Based Stress Reduction)  
Ritiri intensivi di meditazione Vipassana
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

2009-2010

**Università di Padova – Master “Genitorialità e sviluppo dei figli: interventi preventivi e psicoterapeutici”**

Approcci teorici psicoterapici nel lavoro con le coppie e le famiglie, genitorialità e lutto, genitorialità e procreazione medicalmente assistita, genitorialità e adozione, genitorialità in contesti difficili, genitorialità e disturbi psichiatrici, genitorialità e tossicodipendenza.

Master di secondo livello

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

2010-2011

**ULSS 20 Verona**

**Consultorio familiare**

Colloqui psicologici, attività psicodiagnostica, attività di supporto all'area ostetrica/ginecologica, partecipazione a gruppi psicoterapici per genitori durante l'iter adottivo e a gruppi per genitori separati.

Tirocinante in psicologia

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

2010-2011

**COOPERATIVA ATIPICA**

Osservazione attraverso lo specchio bidirezionale delle psicoterapie ad orientamento sistemico familiare, attività diagnostica, stesura referti clinici.

Tirocinante in psicologia

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

2008

**Università di Padova – Laurea in Psicologia sociale, del lavoro e della comunicazione**

Laurea specialistica

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

2004

**Università di Padova – Laurea in Psicologia sociale, del lavoro e della comunicazione**

Laurea triennale

**CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE**

*Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.*

Coordinamento di tirocinanti in psicologia e psicoterapia.  
Gestione di più incarichi professionali in diverse strutture.  
Facilitazione del lavoro e della comunicazione all'interno dell'equipe.

**CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE**

*Musica, scrittura, disegno ecc.*

Superamento esame danza classica livello Advance presso Royal Academy of Dance.

**PATENTE O PATENTI**

B