

INFORMAZIONI PERSONALI

Alessia Lai
 [Redacted]

 [Redacted]

 [Redacted]

Sesso Femmina | Data di nascita 11/12/1987 | Nazionalità Italiana

PROFESSIONE

Psicologa - Psicoterapeuta
**ESPERIENZA
PROFESSIONALE**

Da Settembre 2024 in corso

Dirigente Psicologa
ASL 3, Via Demurtas 1, Nuoro

- Servizio di psicologia aziendale presso Casa Di Comunità di Nuoro
- Consulenza psicologica presso Ospedale S. Francesco
- Promozione del benessere psicologico dell'operatore sanitario

Attività o settore Psicologia clinica e psicoterapia

**ESPERIENZA
PROFESSIONALE**

Da Febbraio 2021 a Settembre 2024

Psicoterapia
Studio privato, via Mameli 29, Lanusei

- Conduzione del colloquio clinico psicoterapeutico
- Cura e trattamento del disagio psichico
- Psicodiagnosi, valutazione delle funzioni mentali e della personalità del paziente
- Sostegno al percorso di cambiamento individuale e sviluppo dell'autostima
- Promozione del benessere
- Sviluppo di competenze relazionali e sociali

Attività o settore Psicologia clinica e Psicoterapia

**ESPERIENZA
PROFESSIONALE**

Da Ottobre 2021 a Luglio 2024

Coordinamento di Servizio Educativo
Unione dei Comuni d'Ogliastra

- Coordinamento delle equipe educative nell'ambito del Servizio Educativo Territoriale
- Stesura, monitoraggio e valutazione di progetti educativi personalizzati
- Attività di Screening in classe e consulenza ai docenti
- Sportello d'ascolto psicologico rivolto a minori, famiglie e personale scolastico
- Progettazione e realizzazione di laboratori su tematiche di interesse psicologico nel contesto scolastico
- Lavoro in rete con Servizi Sociali, Scuole e Servizi di Neuropsichiatria Infantile
- Promozione del benessere, sensibilizzazione e prevenzione delle principali problematiche psicologiche e comportamentali dell'età evolutiva

Attività o settore Psicologia scolastica e sociale

ESPERIENZA

PROFESSIONALE

Da Luglio 2015 in corso

Servizio psico-educativo

Associazione l'Olivastro, struttura residenziale per minori, Lanusei

- Servizio psico-educativo rivolto a minori e madri in situazione di disagio psicologico/familiare
- Progettazione/realizzazione/monitoraggio di interventi educativi e assistenziali personalizzati
- Sviluppo dell'autonomia e delle potenzialità individuali
- Supporto alla creazione e mantenimento dei rapporti sociali
- Accompagnamento nel percorso di inserimento sociale
- Gestione delle relazioni col nucleo familiare di provenienza e delle componenti emotive connesse
- Sostegno psicologico al percorso di crescita
- Presa in carico e trattamento in equipe dei casi con disagio psichico (tossicodipendenze, disturbi della personalità, disturbi dell'alimentazione, dell'umore, della condotta, DSA, ADHD, autismo)
- Lavoro in equipe con servizi sociali e neuropsichiatri sul territorio e tribunali minorili
- Valutazione clinica della situazione individuale, familiare e sociale dei minori
- Monitoraggio e stesura di relazioni sull'andamento del progetto e sull'efficacia degli interventi

Attività o settore Servizi educativi e di assistenza psico-sociale

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Da Dicembre 2023 a Maggio
2024

Psicologia Scolastica

Istituto Comprensivo di Ilbono

- Realizzazione del Progetto "Azioni di prevenzione e contrasto alla dispersione scolastica"
- Attività di mentoring e orientamento rivolte agli studenti della Scuola Secondaria di Primo Grado
- Accompagnamento al processo di scoperta di sé, delle competenze, dei sogni, degli interessi
- Supporto alla creazione di un approccio positivo alla scuola
- Avvio della riflessione e sviluppo di valori positivi inerenti l'ambito scolastico

Attività o settore Psicologia scolastica

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Da Gennaio 2022 a Giugno 2022

Psicologia scolastica

Istituto Comprensivo di Lanusei

- Partecipazione al progetto "(Si toma) Tutti a isc@la, 2020/2021- Linea Ascolto e Supporto"
- Promozione del benessere e rilevamento precoce del disagio in ambito scolastico
- Osservazione in classe di alunni con difficoltà nel processo di apprendimento e consulenza ai docenti circa metodologie didattiche efficaci
- Osservazione delle dinamiche di gruppo
- Intercettazione e risoluzione di dinamiche conflittuali o di esclusione
- Attività di gruppo volte a sviluppare l'auto-consapevolezza, la capacità di riconoscere e gestire le emozioni, incrementare l'autostima, conoscere e rispettare le regole, favorire l'ascolto e il rispetto reciproco

Attività o settore Psicologia scolastica

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Da Marzo 2020 a Giugno 2020

Formatrice in tecniche relazionali

Centro di formazione Cnos-Fap, presso Istituto Salesiano Sant'Eusebio, viale Don Bosco 3, Lanusei

- Analisi del bisogno formativo in gruppi di lavoratori
- Pianificazione e realizzazione di corsi di formazione su tematiche inerenti l'ambito della psicologia del lavoro (competenze relazionali, comunicazione efficace, socializzazione organizzativa, leadership, gruppo di lavoro e lavoro di gruppo, autoefficacia, negoziazione, problem solving)
- Predisposizione dei sussidi didattici, degli strumenti informatici e delle metodologie di intervento formativo
- Realizzazione di lavori di gruppo e role-play in aula
- Rilevazione e analisi delle competenze individuali
- Sviluppo delle potenzialità di individui e gruppi
- Valutazione degli apprendimenti e dei risultati del percorso di formazione

Attività o settore Servizi di formazione e aggiornamento professionale

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Da Giugno 2018 a Dicembre
2022

Tirocinio

Centro di salute mentale, Assl Lanusei

- Conduzione del colloquio clinico psicoterapeutico
- Cura e trattamento del disagio psichico
- Psicodiagnosi, valutazione delle funzioni mentali e della personalità del paziente
- Sostegno al percorso di cambiamento individuale e sviluppo dell'autostima
- Promozione del benessere
- Sviluppo di competenze relazionali e sociali

Attività o settore Psicologia clinica

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Da Settembre 2014 a Giugno
2015

Servizio civile nazionale

Centro di Salute Mentale, Assl Lanusei

- Valutazione e diagnosi psicologica
- Valutazione cognitiva attraverso l'uso integrato di questionari, colloqui clinici e valutazioni osservative
- Conduzione di colloqui di sostegno psicologico
- Consulenza psicologica ospedaliera
- Interventi di terapia di gruppo, supporto al *problem-solving*, sviluppo della socializzazione, dell'autonomia, della condivisione tra pari di situazioni specifiche
- Collaborazione al progetto "Trekking-terapia" rivolto all'utente con disagio psichico

Attività o settore Psicologia clinica

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Da Novembre 2013 a Maggio
2014

Tirocinio

Tirocinio formativo presso Azienda Ospedaliero Universitaria di Cagliari, Presidio Ospedaliero San Giovanni di Dio

- Rilevazione del bisogno psicologico dei pazienti
- Valutazione delle condizioni psichiche e della situazione ambientale/familiare dell'utente, al fine di individuare il corretto intervento da attuare
- Definizione degli obiettivi terapeutici per ogni paziente, nella logica del lavoro in equipe col resto del personale socio-sanitario
- Adozione di stili comunicativi adeguati alle condizioni dell'utenza
- Attivazione di colloqui di sostegno psicologico con l'assistito che si trova in condizione di sofferenza, disorientamento, stato di agitazione, demenza o handicap di varia natura
- Somministrazione ed elaborazione di test finalizzati alla definizione del profilo psicologico del paziente, della diagnosi clinica e dell'intervento psicoterapeutico da attuare
- Gestione delle dinamiche relazionali col personale socio-sanitario, nell'ambito dell'assistenza ospedaliera

Attività o settore Psicologia clinica; servizi di assistenza psico-sociale

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Da Marzo 2013 a Ottobre 2013

Formatrice

Agenzia di formazione Insight srl, via de Gioannis, 8, 09100, Cagliari

- Ideazione e pianificazione delle attività di progettazione di interventi formativi
- Analisi del fabbisogno formativo nel territorio di riferimento e preliminare analisi del contesto
- Predisposizione degli oggetti di apprendimento, dei materiali e degli strumenti per la formazione
- Attivazione di percorsi di formazione professionale sulle tematiche psico-sociali
- Tutoring agli utenti dell'attività formativa
- Gestione della relazione tra docenti e utenti nel contesto formativo
- Progettazione ed attivazione di percorsi di orientamento nelle scuole
- Rilevazione e analisi delle competenze individuali
- Sviluppo delle potenzialità di individui e gruppi
- Gestione delle relazioni tra struttura formativa e imprese del territorio
- Monitoraggio, valutazione e stesura di report statistici sui corsi di formazione attuati

Attività o settore Psicologia sociale, del lavoro e delle organizzazioni; servizi di formazione

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Da Febbraio 2018 a Luglio 2022

Scuola di specializzazione in Psicoterapia Comparata

Scuola di Psicoterapia comparata, Cagliari

- Psicanalisi e approccio integrato alla psicoterapia
- Psicologia dinamica
- Psichiatria
- Psicopatologia generale e dello sviluppo
- Metodologia della ricerca psicologica
- Teorie e tecniche della dinamica di gruppo
- Psicodiagnostica
- Psicologia clinica
- Bioetica
- Psicologia della personalità
- Analisi individuale
- Formazione di gruppo
- Tirocinio pratico
- Supervisione clinica

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Marzo 2016

Iscrizione all'Albo Degli Psicologi della Sardegna

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Dicembre 2012 **Laurea Magistrale in Psicologia dello Sviluppo e dei Processi Socio-Lavorativi**

Università degli Studi di Cagliari, Facoltà di Studi Umanistici

- Metodi di indagine per la valutazione psico-sociale
- Psicologia dello sviluppo e dell'arco di vita
- Psicolinguistica e psicologia della comunicazione
- Sociologia dei processi economici e del lavoro
- Psicologia delle risorse umane e delle organizzazioni
- Salute delle organizzazioni lavorative
- Psicologia giuridica e criminologia
- Psicologia sociale e delle relazioni familiari

- Voto finale 110 e Lode

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Dicembre 2010 **Laurea Triennale in Scienze e Tecniche Psicologiche applicate al lavoro, alle organizzazioni ed al turismo**

Università degli Studi di Cagliari, Facoltà di Scienze della Formazione

- Psicologia dell'arco di vita
- Psicologia del lavoro, delle organizzazioni e del turismo
- Psicologia sociale e dei gruppi
- Statistica applicata alla ricerca psico-sociale
- Ecologia e Psicologia ambientale
- Tecniche di gestione dei conflitti nei gruppi di lavoro
- Psicologia della comunicazione
- Organizzazione aziendale e marketing

- Voto finale 110 e Lode

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Luglio 2006 **Diploma di maturità classica**

Liceo Classico Cristoforo Mameli, Lanusei

- Voto 92/100

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

Inglese

COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
B1	C1	B1	B2	C1

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative

- Capacità specifica di comunicazione col paziente psichiatrico, con l'utenza ospedaliera, col minore

Competenze organizzative

- Capacità di lavoro in equipe e lavoro in rete
- Capacità di coordinamento di gruppi

Competenze professionali

- Somministrazione e interpretazione di test per la valutazione psicodiagnostica, cognitiva e per lo studio della personalità (WAIS-R, MODA, Miny Mental State, Scala d'impatto dell'evento, MBI, OSI, MMPI)
- Somministrazione del protocollo COS-P, Circle of security parenting
- Conduzione del colloquio clinico psicologico
- Conoscenza delle principali tecniche di controllo dello stress, gestione delle emozioni e rilassamento (Training autogeno)
- Stesura di progetti psico-educativi personalizzati
- Valutazione e monitoraggio dell'efficacia di interventi psico-educativi

Competenze informatiche

- Padronanza degli strumenti Microsoft Office, Internet e posta elettronica

ULTERIORI INFORMAZIONI

Attestato di primo soccorso
pediatrico

- Disostruzione delle vie respiratorie
- Massaggio cardiaco
- Intervento su convulsioni, traumi, ferite, ustioni, shock anafilattico

Patente di guida

Categoria B

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).

Nuoro, 23/06/2026

In Fede

