# CURRICULUM VITAE

## INFORMAZIONI PERSONALI


**Psicologa Psicoterapeuta**

**MARA SEBASTIANI**

| | |
|---|---|
| Data e luogo di nascita | 22/11/1980, L'AQUILA |
| Indirizzo | |
| Indirizzo Studio | |
| Cell | |
| E-mail | |
| P.IVA | |


## CURRICULUM PROFESSIONALE

### COLLABORAZIONE PUBBLICA AMMINISTRAZIONE

| | |
|---|---|
| • Date (da Ottobre 2024 a oggi) | **CML INPS di LATINA** (Via Cesare Battisti, 52, 04100 Latina LT) in qualità di OPERATORE SOCIALE per l'espletamento di adempimenti sanitari nelle commissioni mediche INPS (l-104/92; l.68/99 e progetto HCP |

### ATTIVITÀ CLINICA

| | |
|---|---|
| • Date (da Febbraio 2014 a oggi) | **Salutogenesi:** qualità di vita, benessere, salute e prevenzione psicoeducativa, individuale e di gruppo.<br>**Psicopatologia:** diagnosi, cura, trattamenti clinici riabilitativi del disagio e dei disturbi psichici.<br>**Interventi, individuali e di gruppo**, restaurativi (breve termine) o ristrutturanti della personalità (medio-lungo termine).<br>**Personalizzazione degli interventi** in funzione delle caratteristiche dell'utenza, e sue esigenze, priorità e bisogni.<br>Tecniche di **autosostegno** |



*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" .*

## SOSTEGNO ALLA GENITORIALITÀ

• Date
(da Luglio 2014 a oggi)

**Parenting Coaching** per **coppia** genitoriale o **singolo** genitore che voglia migliorare il clima emotivo in famiglia.
Individuazione e utilizzo delle **potenzialita'** del genitore.
Raggiungimento di **obiettivi** di miglioramento/cambiamento **autodeterminati** e realizzati attraverso un piano d'azione.
**Comunicazione efficace** e **gestione creativa del conflitto**.
Prevenzione, Diagnosi e Trattamento della **depressione perinatale materna e paterna**: Disturbi dell'umore in gravidanza, Baby Blues, Depressione Post Parto.
Interventi psicologici per problemi di **dipendenze** in famiglia.

## CONSULENZA DI COPPIA

• Date
(da Aprile 2017 a oggi)

Trovare un partner gradito tra **Desiderio e Paura di Amare**
**Analisi dell'Intimità**, dei Bisogni affettivi, della Compatibilità e Complicità.
Stile Relazionale e **Comunicazione**.
**Coaching di abilità per il matrimonio**
Conflitti, Controllo, Colpe, Bugie, Aggressività: le Lotte per il Dominio.
**Gestione della crisi**: delusioni, litigi, **gelosia**, stress, **tradimento**, rotture provvisorie o definitive. Creatività, Rimedi, Riconciliazioni.
**Impegno e Progettualità**. Prevenzione della delusione: disillusione ottimale attraverso un nuovo patto relazionale. Liberarsi delle aspettative eccessive. Fiducia e Impegno.
Risvegliare **l'intelligenza erotica**.
Sintomi terminali e trattamento per accettare la **fine della relazione**.

## ATTIVITÀ DA FORMATORE

• Date
(da Novembre 2022 a oggi)

**Docenza rivolta agli allievi del IV anno** di scuola di specializzazione quadriennale in Psicoterapia
**Titolo della docenza: Il Coaching nel Percorso Psicoterapeutico** (Teorico-Applicativo)
**Obiettivi Formativi:** Approfondimento sulle **evidenze empiriche** per personalizzare gli interventi psicoterapeutici; Criteri per saper decidere come, quando (in che fase del cambiamento), con chi (tipologie di cliente, di obiettivi di cambiamento, stadio di cambiamento) utilizzare **un'integrazione eclettica** delle due discipline; Apprendere le modalità con cui programmare un **percorso di psicoterapia breve ed efficace.**
**presso A.S.P.I.C.** Scuola di specializzazione quadriennale in Psicologia Clinica di Comunità e Psicoterapia Umanistica Integrata
Via Vittore Carpaccio n°32, 00147, Roma

• Date
(da Marzo 2018 a oggi)

Corso di formazione trasversale obbligatoria di Potenziamento della Competenza-Chiave
**Imparare a Imparare**
Sviluppo dei processi di apprendimento
**Potenziamento della competenza di Comunicazione e di Relazione**
Corso con rilascio di attestato di frequenza riconosciuto dalla regione Lazio
Presso OTJ srl Consulenza & Formazione
Via delle Gomene 3, Fiumicino 00054 (RM)

## INCARICHI ACCADEMICI

| | |
|---|---|
| • Date<br>(da Ottobre 2008 a Ottobre 2011) | **Assistenza alla docenza, Organizzazione Seminari e Laboratori**<br>**Commissione all'esame** di **Psicofisiologia dell'Attenzione** (4 cfu 58/S ex Psicologia 1) e di **Psicologia della Salute** (8 cfu M-PSI02) presso Sapienza, Università di Roma.<br>Conduzione di **seminari** sui sistemi attentivi e sulle loro interazioni funzionali;<br>**Laboratori di Psicologia Sperimentale** sul Sistema di Vigilanza attraverso il paradigma di deprivazione di sonno;<br>**Supervisione di tirocinanti e Tutoraggio di laureand**i; **Supervisione tesi di laurea.** |

## CURRICULUM FORMATIVO

| | |
|---|---|
| **Date** | 14 Febbraio 2014 - 15 Novembre 2017 |
| Scuola Specializzazione | **A.S.P.I.C.** Scuola di specializzazione quadriennale in Psicologia Clinica di Comunità e Psicoterapia Umanistica Integrata |
| **Titolo della qualifica rilasciata** | **PSICOTERAPEUTA** |
| Orientamento teorico | **Modello Pluralistico Integrato** |
| Principali tematiche/Competenze professionali | **Consulenze psicologiche individuali, di coppia e di gruppo**;<br>Capacità di padroneggiare **diversi strumenti operativi e tecniche polivalenti** basate sull'**evidenza scientifica** per personalizzare l'intervento **centrato sulla persona**. **Potenziamento degli aspetti positivi degli individui e dei contesti sociali**, dell'integrità personale e dello sviluppo creativo del potenziale insito negli individui e nei gruppi di lavoro. **Analisi e sviluppo di comunità**, Analisi Organizzativa Multidimensionale (**AOM**), promozione di gruppi di autoaiuto. |
| Organizzazione erogatrice della formazione | **A.S.P.I.C. via Vittore Carpaccio 32, 00147, ROMA** |

| | |
|---|---|
| Date | 22 Aprile 2017 |
| **Titolo della qualifica rilasciata** | **Consulente di Coppia** |
| **Orientamento Teorico** | **Modello Pluralistico Integrato** |
| Principali tematiche/Competenze professionali | Conoscere, Comprendere, Prevenire, Intervenire durante l'intero arco della vita di coppia.<br>Stile Relazionale e **Comunicazione**.<br>**Coaching di abilità per il matrimonio**<br>Sintomi terminali e trattamento per accettare la **fine della relazione**.<br>**Gestione della crisi**: delusioni, litigi, **gelosia**, stress, **tradimento**, rotture provvisorie o definitive. Creatività, Rimedi, Riconciliazioni. |
| Organizzazione erogatrice della formazione | Università Popolare ASPIC, viale Leonardo da Vinci 39, 00145 Roma |

| | |
|---|---|
| Date | 30 Marzo 2012 / 25 Gennaio 2012 |
| **Titolo della qualifica rilasciata** | Iscrizione all'**Albo degli Psicologi, regione Abruzzo,** con il n. **A2050**<br>Abilitazione alla professione di **PSICOLOGO** |

| | |
|---|---|
| Date | 4 Novembre 2011 |
| **Titolo della qualifica rilasciata**<br>**Titolo della Tesi** | **DOTTORE DI RICERCA** in Psicologia Cognitiva Psicofisiologia e Personalità<br>Processi Automatici e Volontari nell'Attenzione Selettiva: il Controllo dell'Interferenza.<br>Valutazione tesi: Eccellente |
| Organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione | Dipartimento di psicologia, Sapienza Università di Roma<br>Via dei Marsi 78, 000185, Roma. |
| Date | 13 Marzo 2007 |
| **Titolo della qualifica rilasciata**<br>**Titolo della Tesi** | **Laurea in Psicologia Generale e Sperimentale Vecchio Ordinamento**<br>Incremento di Allerta Fasica: Effetti sull'Orientamento Spaziale dell'Attenzione.<br>Voto finale: 107/110. Relatore Maria Casagrande. |
| Facoltà erogatrice della formazione | Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma.<br>Via dei Marsi 78, 00185 Roma. |

## CURRICULUM SCIENTIFICO

| | |
|---|---|
| **Date** | Da Marzo 2010 a Settembre 2010 |
| Lavoro o posizione ricoperti | **Visiting PhD Student** |
| Nome e indirizzo del supervisore | Prof. Bernhard Hommel, Department of Psychology, Cognitive Psychology Unit, **Leiden Universiteit**, Wassenaarseweg 52, 2333 AK Leiden, **The Netherlands**. Phone: +31-(0)629023062 |
| **Date** | Ottobre 2008 a Ottobre 2011 |
| | **Attività di ricerca** nel laboratorio di Psicofisiologia e Neuropsicologia Sperimentale (2T) |
| **Ambito di ricerca** | Attenzione visiva spaziale*; R*elazioni tra i sistemi attenzionali*;* Relazione tra processi automatici e volontari dell'attenzione*;* **Processi esecutivi e controllo del comportamento**; Processi attentivi in età evolutiva*;* Deprivazione di sonno |
| **Laboratorio** | prof. Maria Casagrande; Dipartimento di Psicologia, Sapienza Università di Roma.<br>Via dei Marsi 78 00185 Roma – tel 0644427787 |

| | |
|---|---|
| **Date** | da Settembre 2009 a Settembre 2011 |
| **DIVULGAZIONE SCIENTIFICA** | Partecipazione a convegni in qualità di **Relatore**<br>AIP Sperimentale Catania 2011<br>AISC Napoli 2010<br>AIMS Bologna 2009<br>ICSC Roma 2009: IV International Conference on Spatial Cognition |


*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" .*

ULTERIORI INFORMAZIONI

MADRELINGUA **ITALIANO**

ALTRA LINGUA **INGLESE**

Autovalutazione

Avanzato C1

| Comprensione | | Parlato | | Scritto |
|---|---|---|---|---|
| ***Ascolto*** | ***Lettura*** | ***Interazione orale*** | ***Produzione orale*** | |
| Livello Avanzato C1 | Livello Avanzato C2 | Livello Intermedio B2 | Livello Intermedio B2 | Livello Avanzato C2 |

Altre Competenze e Interessi

Sono stata autrice e co-autrice di numerose pubblicazioni di articoli di ricerca di base su riviste nazionali e internazionali

Nel 2017 ho pubblicato il libro: "Giusti E. Sebastiani M. *Coaching e Psicoterapia. Trattamenti brevi complementari* ed. Sovera". Il libro è stato presentato nel 2017 alla fiera del libro di Roma. La seconda edizione a cura di Armando Editore è stata pubblicata il 19/08/2021.

Ho un'ottima conoscenza degli applicativi di **Microsoft** e del pacchetto **Office**, in modo particolare Excel, Word, PowerPoint; Ottima competenza degli strumenti di programmazione di esperimenti (**E-Prime**) e di analisi dei dati (**SPSS**); una conoscenza di livello base delle applicazioni grafiche (Adobe Illustrator, Photoshop); e un' ottima capacità di navigare in Internet. Attualmente, mi sto dedicando allo studio dei principali strumenti di Intelligenza Artificiale.

Competenze Musicali, strumento **Pianoforte**, studiato al Conservatorio A.Casella, L'Aquila fino al 1998; Diploma di Solfeggio.

**Corso Hata Yoga e Training Autogeno,** presso il Centro Universitario Sportivo di Sapienza, Università di Roma**;**
**Meditazione Zen,** associazione culturale "l'Arco", Roma**;**

**Mindfulness; Karma Yoga e Meditazione Sadhana, con la guida di Giridhar Aditya,** presso **"Arya Vihar Ashram", Uttarkashi 249193, Uttarkhand, INDIA**

Pratico regolarmente Yoga e Meditazione Sadhana, letture di testi sacri induisti, manuali pratici e tecnici, neuroscienze che studiano gli effetti benefici delle diverse pratiche di yoga e meditazione sul benessere psicofisico e sulla cura del trauma.

Genzano di Roma,
23 Agosto 2025

*- Curriculum vitae di Dr Mara Sebastiani*
*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" .*

**ELENCO PUBBLICAZIONI**

- Giusti E., **Sebastiani M.** (2017). ***Coaching e Psicoterapia. Trattamenti Brevi Complementari.*** Ed.Sovera Strumenti, Roma.

- Marotta A., Martella D., Maccari L., **Sebastiani M.,** Casagrande M. (2014). Poor vigilance affects attentional orienting triggered by central uninformative gaze and arrow cues. *Cogn.Process. Nov; 15(4) 503-13.*

- Maccari L., Martella D., Marotta A., **Sebastiani M.,** Banaj N., Fuentes L.J., Casagrande M. (2014). Effects of sleep loss on emotion recognition: a clear dissociation between face and word stimuli. *Exp Brain Res. Oct 232 (10): 3147-57.*

- Spagna A., Martella D., **Sebastiani M.**, Maccari L., Marotta A., Casagrande M. (2014). Efficiency and interactions of alerting, orienting and executive networks: The impact of imperative stimulus type. *Acta Psychologica 03;* 148C:209-215.

- Spagna A., Martella D., **Sebastiani M.,** Maccari L., Marotta A., Casagrande M. (2012). L'Attentional Network Test: l'intensità del conflitto modula l'efficienza e le interazioni dei sistemi attenzionali. *XVII Congresso Nazionale Associazione Italiana di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale-AIP. Chieti, 20-23 Settembre 2011, Pp 90.

- **Sebastiani M.**, Martella D., Marotta A., Maccari L., Cosco F., Spagna A., Fuentes L.J., Casagrande M. (2012). A double interference Stroop task: effect of nocturnal alertness reduction. *Journal of Sleep Research; 21 (Suppl. 1), pp 114.*

- Martella D., Marotta A., Maccari L., **Sebastiani M.,** Spagna A., Fuentes L.J. Casagrande M. (2012). Counteracting low alertness during the main sleep gate: effects on attentional networks. *Journal of Sleep Research; 21(Suppl.1) pp 114.*

- Marotta A., **Sebastiani M.,** Martella D., Maccari L., Spagna A., Casagrande M. (2012). Sleep deprivation affects attentional orienting triggered by central un-informative gaze and arrow cues. *Journal of Sleep Research; 21(Suppl.1) pp 114-115.*

- Maccari L., Martella D., Marotta A., **Sebastiani M.,** Spagna A., Casagrande M. (2012). Night-time sleep loss and change blindness: how low arousal affects a very engaging task. *Journal of Sleep Research; 21(Suppl.1) pp 116.*

- Maccari L., Martella D., Marotta A., **Sebastiani M.,** Banjai N., Spagna A., Fuentes L.J. (2012). Sleep loss and night-time impair the recognition of emotional facial expressions but not the perception of emotional verbal stimuli. *Journal of Sleep Research; 21(Suppl.1) pp 187-188.*

- Spagna A., Martella D., **Sebastiani M.,** Laganà V., Casagrande M (2011). Interazione tra i sistemi attenzionali: l'effetto di un cue periferico predittivo in un compito lateralizzato. *XVII Congresso Nazionale Associazione Italiana di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale-AIP. Catania, 14-16 Settembre 2011, pp 55.

- **Sebastiani M.,** Cosco F., Casagrande M. (2011). Un cue esogeno non può indurre un processo strategico che compensi la riduzione di allerta tonica. Evidenze dal compito Stroop. *XVII Congresso Nazionale Associazione Italiana di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale-AIP. Catania, 14-16 Settembre 2011, pp 55.

- Capobianco Q., Spagna A., **Sebastiani M.,** Martella D., Saponaro I., Casagrande M. (2010). Incremento dell'allerta tonica mediante fotostimolazione: Effetti sui sistemi attenzionali. *XVI Congresso Nazionale*


*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" .*

*Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 2-3 Settembre 2010 pp 69-70.

- Spagna A., Martella D., **Sebastiani M.,** Casagrande M. (2010). Interazione tra i sistemi attenzionali: Effetti dell'orientamento automatico e volontario. *XVI Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 2-3 Settembre 2010 pp 70.

- **Sebastiani M.,** Hommel B., Raffone A., Casagrande M. (2010). Effetti di congruenza e cattura attenzionale: evidenze da un compito Stroop con doppia interferenza. *XVI Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 2-3 Settembre 2010 pp 47-48.

- Marotta A., Casagrande M., Raffone A., Martella D., **Sebastiani M.,** Maccari L. (2009). Gaze and arrow induce different effects on attentional orienting as a function of target context. *In Proceedings of the Thirty-First Annual Conference of Cognitive Science Society.* Amsterdam July, 30th-August, 1st- September 2009 (pp: 739-743)

- Martella D., Casagrande M., Marotta A., **Sebastiani M.,** Maccari L. (2009). Alerting, Orienting and Executive Control: The effect of sleep deprivation. *In Proceedings of the Thirty-First Annual Conference of Cognitive Science Society.* Amsterdam July, 30th-August, 1st- September 2009 pp: 773-778).

- **Sebastiani M.,** Casagrande M., Matella, D. Raffone A. (2009). Sustained Attention: The effects of exogenous and endogenous spatial cueing in a sustained attention task. *Cognitive Processing, Vol10, Issue 2 Supplement, pp 302-304*

- Martella, D., Casagrande, M., Mereu, S., **Sebastiani, M.** (2008). Alerting and Orienting: Interaction or independence? *XXIX International Congress of Psychology*. Berlin. July, 20-25, 2008. pp- 465.

- **Mara Sebastiani**, Maria Casagrande, Diana Martella, Claudia Gavini, Mariapaola Barbato, Lisa Maccari, Stefania Mereu. (2008). PROCESSI AUTOMATICI E VOLONTARI NELL'ATTENZIONE SOSTENUTA SPAZIALE. *XIV Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 18-20 Settembre 2008 pp. 104.

- Alfredo Spagna, Maria Casagrande, Stefania Mereu, Andrea Marotta, **Mara Sebastiani** (2008). CUE SIMBOLICHE IN PERIFERIA: INTERAZIONE TRA PROCESSI AUTOMATICI E VOLONTARI DELL'ATTENZIONE. *XIV Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 18-20 Settembre 2008, pp 105.

- Mariapaola Barbato, Maria Casagrande, **Mara Sebastiani**, Lisa Maccari. (2008). EFFETTI DI INIBIZIONE DI RITORNO ALL'INTERNO DI SCENE TRIDIMENSIONALI. *XIV Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova, 18-20 Settembre 2008 pp. 83.

- Lisa Maccari, Diana Martella, Stefania Mereu, Antonella Gianfrancesco, Mariapaola Barbato, **Mara Sebastiani**, Maria Casagrande (2008) LA FORZA DELLE IMMAGINI: DETEZIONE DI CAMBIAMENTI EMOTIVI IN SOGGETTI DEPRIVATI DI SONNO *XIV Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 18-20 Settembre 2008 pp. 108.

- Maria Casagrande, Lisa Maccari, Diana Martella, Stefania Mereu, Antonella Gianfrancesco, Mariapaola Barbato, **Mara Sebastiani**, (2008) IL DESIDERIO DI UN CAFFÈ: UN BIAS ATTENTIVO STIMOLO-SPECIFICO IN SOGGETTI SONNO DEPRIVATI *XIV Congresso Nazionale Associazione Italiana Di Psicologia*-Sezione di Psicologia Sperimentale- AIP. Padova 18-20 Settembre 2008 pp 100.

- Casagrande M., Martella D., Mereu S., Marotta A., **Sebastiani M.** (2007). Allerta fasica e orientamento dell'attenzione: indipendenza o interazione? *Congresso Nazionale AISC Scienze Cognitive*. Roma, 28-29 Novembre 2007


*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" .*

- Martella D., Casagrande M., **Sebastiani M**., Mereu S., (2006) Allerta fasica e orientamento spaziale dell'attenzione: Sistemi indipendenti? *Congresso Nazionale AIP. Sezione di Psicologia Sperimentale*. Rovereto, 13-15 settembre 2006 pp. 73.

Genzano di Roma,
23/08/2025

*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" .*