

Monica Bertelli

Psicologa
Coach
Istruttrice di Mindfulness
e di Training autogeno
Professional Organizer



Chi sono

Sono una psicologa, coach, istruttrice di mindfulness e di training autogeno e professional organizer.
Sono una mamma e una libera professionista.

Lavoro con bambini, adolescenti, universitari, adulti, genitori, insegnanti, freelance, dirigenti e manager aziendali, professionisti nell'ambito dell'apprendimento e del benessere e offro un supporto eterogeneo e personalizzato.

Mi occupo di benessere a livello personale, prenatale e genitoriale, scolastico, lavorativo e aziendale.

Il mio approccio al benessere consapevole è globale e si muove tra passato, presente e futuro.

Come *psicologa*, aiuto le persone a comprendere e risolvere questioni legate al loro passato, a lasciare andare credenze limitanti e autosabotanti, a sviluppare abilità personali e relazionali.

Come *coach*, supporto le persone nel definire e raggiungere obiettivi futuri, in linea con i propri valori.

In qualità di *istruttrice di mindfulness*, accompagno le persone a vivere il presente verso una maggiore accettazione e consapevolezza di sé, dei propri pensieri, della mente e del corpo.

Come *istruttrice di training autogeno*, mi occupo di tecniche di rilassamento e lavoro sulla gestione dello stress e delle emozioni anche a livello corporeo, aiutando le persone a trovare equilibrio, calma e serenità.


Come *professional organizer* "metto ordine nel disordine", nella mente e nella vita, e offro supporto nell'organizzazione dei pensieri, del tempo, degli spazi, delle informazioni, dei processi, delle priorità e delle risorse personali, affinché ogni aspetto della quotidianità, dello studio, del lavoro e della casa, sia gestito in modo efficace e armonioso.

Accompagno le persone in ambito familiare, scolastico e lavorativo verso una maggiore consapevolezza di sé e delle proprie caratteristiche, promuovendo un benessere globale che abbraccia mente, corpo e relazioni. Il mio approccio, orientato al miglioramento continuo, tiene conto sia degli aspetti emotivi sia organizzativi, offrendo strumenti concreti per gestire al meglio la propria vita personale e professionale.




"Vivi il presente,
lascia andare il passato,
raggiungi i tuoi obiettivi futuri,
un passo alla volta
verso la felicità"

Contatti

 349-2839362

 monicabertellipsico@gmail.com

 www.monicabertelli.it

 Bologna

 21 settembre 1981

Competenze professionali e personali

- Abilità comunicative e relazionali
- Competenze organizzative
- Intelligenza emotiva e sensibilità
- Leadership empatica
- Attitudine all'ascolto
- Capacità di gestione del tempo
- Capacità di lavorare in team
- Creatività e proattività
- Capacità di risolvere problemi complessi
- Capacità di gestione dello stress e del cambiamento
- Pensiero strategico
- Gentilezza
- Attenzione ai dettagli
- Entusiasmo e passione per la professione
- Curiosità e voglia di imparare

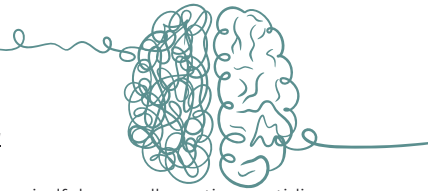
Competenze digitali

Competenze avanzate nell'uso di strumenti digitali per l'apprendimento, l'organizzazione e la produttività.

Competenze nell'uso dell'intelligenza artificiale.



Esperienze professionali



2024 - OGGI **Master coach italia**

Docente nel Percorso Mindful Coaching+

Guido coach professionisti nell'integrazione della mindfulness nella pratica quotidiana, nelle relazioni professionali e nelle sessioni di coaching.

Progettazione e Conduzione di un Percorso di Specializzazione in Parent Coaching

Guido i coach nella realizzazione di una nuova identità professionale, fornendoli nell'applicare tecniche di coaching alla genitorialità e alla relazione genitore-figlio.

Creazione di articoli, video e conduzione di webinar su Mindfulness e Parent Coaching

2012-2024 **Anastasis Società Cooperativa Sociale**

Psicologa, Formatrice, Consulente, Direttrice Centro di Apprendimento e Laboratori Anastasis, Membro e coordinatrice Direzione operativa Anastasis

- Direttrice commerciale e scientifica del Centro di apprendimento e dei Laboratori Anastasis.
- Selezione del personale, crescita personale e professionale di un'équipe multidisciplinare.
- Docente in corsi di formazione e alta formazione, formazioni a distanza, master universitari, corsi ECM di alcuni dei quali sono stata responsabile scientifica.
- Consulente per aziende, per doposcuola e centri di apprendimento a livello nazionale.
- Consulente per case editrici (Lattes, Zanichelli, ecc.)
- Responsabile di progetti di Welfare aziendale rivolti a dipendenti di aziende italiane.
- Supporto al metodo di studio e al benessere scolastico dalla primaria all'università; supporto alla genitorialità; percorsi con adulti DSA nell'ambito dell'apprendimento e dell'organizzazione al lavoro.

2018 - OGGI **Organizzare Italia (OI)**

Consulente e Docente

- Collaborazione su temi legati all'apprendimento e alle neurodiversità.
- Consulenza e docenza nel corso "Dis-organizzazione - Fare rete l'apprendimento" e in webinar su argomenti riguardanti l'uso di strumenti organizzativi e strategie per la gestione della comunicazione, del tempo, degli spazi, delle abitudini.

2010 - OGGI **Associazione Italiana Dislessia (AID)**

Psicologa, Coordinatrice, Docente, Consulente

- Progetto "Non è mai troppo presto", riconoscimento e intervento precoce nelle scuole.
- Coordinatrice Doposcuola AID "StranaMente" per studenti con DSA.
- Formatrice e tecnico AID dal 2013 su tematiche legate al benessere emotivo e scolastico.
- Incontri di supporto alla genitorialità in varie sezioni italiane AID.
- Campus di informatica per l'autonomia per studenti DSA, dalla primaria all'università.
- Webinar per adulti DSA.

2010-2016 **Startup di doposcuola e Centri per l'apprendimento**

Psicologa, Tutor dell'apprendimento (con AID, SOS dislessia Prof. Giacomo Stella, Cooperativa Anastasis)

- Ho curato la startup di doposcuola specializzati per studenti con Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA) e Centri per l'apprendimento.
- Supporto nello studio, nell'organizzazione e nell'acquisizione di strumenti e strategie di apprendimento per DSA e BES; supporto alla genitorialità; coordinamento e supervisione.

2010-2014 **Campus di informatica per l'autonomia**

Docente (in collaborazione con Associazione Italiana Dislessia, Anastasis e Gruppo informatica per l'autonomia)

Conduzione di esperienze formative residenziali settimanali rivolte a studenti dalla scuola primaria all'università e ai loro genitori. I Campus mirano ad identificare strategie, strumenti e metodologie efficaci per rispondere alle esigenze di ragazzi con Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA).

2007 - OGGI **Conferenze, Seminari e Convegni**

Formatrice e Relatrice in Italia e online

Formatrice e relatrice su temi come Life Skills, Intelligenza Emotiva e Aspetti cognitivi, metacognitivi, emotivi e motivazionali nell'apprendimento tipico e nelle neurodiversità (DSA e Bisogni Educativi Speciali), sul rispetto delle caratteristiche individuali.

2006-2011 **ASL Azienda sociosanitaria ligure n° 2 savonese**

Intervento clinico, psicoeducativo, formativo per il progetto "DSA: Progetto di intervento integrato" (in collaborazione con Associazione Italiana Dislessia e Ufficio Scolastico Provinciale Savonese)

- Percorsi rivolti a studenti con disturbi specifici dell'apprendimento, alle loro famiglie ed ai loro insegnanti, in rete con i professionisti dell'ASL.
- Formazione ad insegnanti (infanzia, primaria e secondaria) sulle caratteristiche di apprendimento nei DSA, sulla didattica metacognitiva e cooperativa, sugli strumenti analogici e informatici di apprendimento, su aspetti cognitivi e emotivi legati all'apprendimento e allo studio, sull'autonomia.
- Percorsi su lettura, scrittura, matematica, attenzione e metacognizione con studenti DSA.

Attività clinica, rieducativa e riabilitativa all'interno del "Progetto autismo: una risposta dall'infanzia alla preadolescenza"

- Laboratori sui prerequisiti dell'apprendimento e della comunicazione, sull'intersoggettività, sulla comunicazione aumentativa, sulla mentalizzazione.
- Percorsi psicoeducativi in acqua per favorire la relazione e le autonomie personali.
- Interventi psicoeducativi e supporto psicologico alle famiglie; percorsi di supporto alla relazione mamma-bambino.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base al D. Lgs. 196/2003, coordinato con il D. Lgs. 101/2018, e al Regolamento UE 2016/679.

 *Monica Bertelli*

2024 - OGGI

Libera professionista

- Percorsi e Consulenze sul benessere personale, prenatale e genitoriale, scolastico, lavorativo, organizzativo, aziendale.
- Collaborazioni con Associazioni, Società, Cooperative, Aziende, Liberi professionisti.
- Collaborazioni con Case editrici e Scuole.

Formazione

- Laurea magistrale in Psicologia, 110/110 e lode presso l'Università degli studi di Pavia.
- Coach (Master Coach Italia).
- Technician e Practitioner in PNL (Master Coach Italia).
- Istruttrice di Mindfulness per adulti e bambini (MBSR, Mindfulness Matters), Federminfulness.
- Operatore clinico di Training autogeno.
- Corso avanzato qualificato in Professional Organizer (OI, APOI).
- Trainer Coping Power Scuola.
- Corsi su DSA e BES e Plusdotazione, Funzioni esecutive e sistema attentivo esecutivo, Parent coaching per l'intervento precoce sul linguaggio, Trattamento dei DSA attraverso la telerabilitazione.
- Master universitario su Autismo e disturbi dello sviluppo.
- Aggiornamento professionale continuo su psicologia, coaching, mindfulness, organizzazione attraverso ECM e crediti formativi.

Pubblicazioni

Autrice e co-autrice di diverse pubblicazioni sui DSA e i BES, sul metodo di studio, sugli aspetti emotivi e motivazionali legati all'apprendimento, sulla didattica, sull'uso delle mappe, sulle life skills, sul benessere scolastico, sulla crescita personale.

Lingue

Italiano



Inglese



Francese



Interessi

Essere di ispirazione e aiutare le persone anche attraverso i social media



Instagram [@monicabertellipsico](#)



Youtube [@monicabertelli](#)



TikTok [@monicabertellipsico](#)

Dott.ssa Monica Bertelli

Psicologa n°1646 Ordine psicologi Liguria | Coach | Istruttrice di Mindfulness e di Training autogeno | Professional organizer APOI Senior qualificato n° 342

349-2839362

www.monocabertelli.it