

Il mio percorso di studi si è svolto tra Firenze, dove ho conseguito la laurea triennale in Psicologia Clinica e di Comunità; Torino, dove ho conseguito la laurea magistrale in Scienze della Mente; e Milano, dove ho scelto di specializzarmi presso la scuola NOUS in psicoterapia cognitivo-costruttivista minfulness-oriented.

La mia esperienza formativa è cominciata nell'ambito del privato sociale, dove mi sono occupata della riabilitazione psico-sociale di minori e adulti con disagi cognitivi e fisici, mediante la relazione, la terapia occupazionale, l'arte-terapia e la danza-terapia. In ambito clinico ho prestato servizio dapprima presso il reparto di psichiatria (SPDC) e poi presso il Servizio di Psicologia dell'ASST Santi Paolo e Carlo di Milano.

Ho lavorato in qualità di psicologa, supportando persone con disagio psico-sociale in tirocini professionalizzanti, per la Cooperativa Sociale L'Arcobaleno di Torino, dove nel periodo estivo ho prestato servizio in soggiorni estivi per disabili cognitivi e fisici; ho inoltre partecipato a un progetto di supporto psicologico a prezzi calmierati presso il Centro Mindfulness di Milano.

A partire dal 2014 ho cominciato a interessarmi di meditazione Vipassana, partecipando a ritiri di meditazione di consapevolezza nella tradizione zen, Insight Dialogue (meditazione di consapevolezza relazionale) e al protocollo MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction). Dal 2018 ho iniziato un percorso di ricerca attraverso l'espressione corporea, dapprima attraverso il metodo Expression Primitive e poi con il teatro fisico, partecipando a corsi a cadenza settimanale e stage residenziali intensivi.

Nel 2019 ho intrapreso la specializzazione in Compassion Focused Therapy, un approccio psicoterapeutico di recente diffusione che promuove nel paziente un processo di cambiamento incrementando le capacità di osservazione e accettazione dei propri processi interni.

Dal 2020 al 2024 ho prestato servizio presso il Servizio di Psicologia dell'Ospedale Mauriziano di Torino, inizialmente come volontaria e poi come psicoterapeuta all'interno del reparto di oncologia, in un progetto che mi coinvolgeva come conduttrice di attività di gruppo per pazienti in trattamento attivo e personale interno.

Dal 2021 al 2022 ho collaborato in qualità di psicologa con il Centro Libenter, un'associazione di promozione sociale volta al supporto di persone con disturbi del comportamento alimentare. Per quanto riguarda il trattamento di questo tipo di disturbi, collaboro con i professionisti del Nuovo Centro Clinico, un centro privato nato recentemente volto alla presa in carico multidisciplinare della persona con DCA.

Nel 2025 ho conseguito la formazione di primo livello in EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), una tecnica di comprovata evidenza scientifica per il trattamento di traumi e disturbi da stress post-traumatico, mirata ad aiutare la persona a gestire la sofferenza derivante dal ricordo traumatico divenuto sintomo. Attualmente sono psicoterapeuta regolarmente iscritta all'Ordine degli Psicologi del Piemonte (n.10351) e socio corrispondente S.I.T.C.C. (Società Italiana Terapia Cognitivo Comportamentale), lavoro a Torino come libera professionista e collaboro con altri professionisti della salute mentale nella cura di persone con disagio psichico e fisico, dove il mio contributo si focalizza sulle attività di riabilitazione

psico-sociale.

Svolgo la mia attività di libera professione presso lo Studio Clinico Quadrilatero, in via Santa Chiara 52, oppure in modalità on line.