

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	CAPRA ALESSANDRA
Indirizzo	20, VIA MONTE PASUBIO, 21047, SARONNO (VA), ITALIA
Telefono	02.96.70.48.75
Cell.	348.55.42.852
E-mail	alessandra.capra69@gmail.com
Pec	centro.dottcapra@pec.it
Codice fiscale	CPRSLN69P60D969T
Partita IVA	02838960124
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	20.09.1969

ESPERIENZA LAVORATIVA

- dal 2019
 - Datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- oggi
 - dal 2012 ad
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego

- dal 2003 ad oggi
 - Tipo di azienda o settore
 - Datore di lavoro
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- dal 2015 ad oggi
 - Datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- dal 2014 al 2015
 - Datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- dal 2013 al 2014
 - Datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego

UIISP, COMITATO REGIONALE LOMABARDIA, SDA pattinaggio
Società Sportiva
Formatrice
Giornata di formazione

“Centro per la Famiglia” Dott. Alessandra Capra
Sociale/Formazione

Direzione, coordinamento e supervisione dell'equipe multidisciplinare, oltre che operatore.

Il Centro per la Famiglia si pone la finalità di mettere al servizio delle persone un'equipe multidisciplinare che possa aiutare a superare momenti di difficoltà.

In particolare si effettuano:

- Consulenze psico-pedagogiche;
- Consulenze di Mediazione familiare;
- Consulenze relative alla “Comunicazione nella coppia”;
- Consulenze sessuologiche;
- Colloqui di sostegno psicologico;
- Sedute di psicoterapia rivolte al singolo, alla coppia, alla famiglia;
- Gruppi di sostegno alla genitorialità;
- Gruppi di auto-mutuo-aiuto per genitori separati;
- Consulenza legale;
- Progetti nelle scuole del territorio;
- Progetti nelle strutture ricreative/sportive del territorio.

Giuridico
Libero professionista/ Studi legali
Lavoratore autonomo

Consulente tecnico di parte presso i tribunali di Milano, Como, Varese, Busto Arsizio, Torino.

Liceo delle Scienze Umane “Legnani” Saronno
Istruzione
Tempo indeterminato
Docente di Filosofia e Scienze Umane

Liceo Artistico “Don Lorenzo Milani” Tradate
Istruzione
Tempo determinato
Docente di Filosofia

Liceo Linguistico “Gadda Rosselli” di Gallarate
Istruzione
Tempo determinato

<ul style="list-style-type: none"> • Principali mansioni e responsabilità 	Docente di Scienze Umane, Filosofia (contratto part-time)	
<ul style="list-style-type: none"> • dal 2012 al 2013 • Datore di lavoro • Tipo di azienda o settore • Tipo di impiego • Principali mansioni e responsabilità 	<p>Liceo delle scienze umane "Daniele Crespi" di Busto Arsizio Istruzione Tempo determinato Docente di Scienze Umane (contratto part-time)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • dal 2011 al 2012 • Datore di lavoro • Tipo di azienda o settore • Tipo di impiego 	<p>Comune di Saronno Sociale/Formazione Psico-pedagogista, Mediatrice familiare, Esperta nelle relazioni educative e familiari, lavoratore autonomo. Sportello di Mediazione Familiare presso il comune di Saronno, per aiutare le coppie in crisi e per offrire loro un sostegno alla genitorialità.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • dal 2010 ad oggi • Datore di lavoro • Tipo di azienda o settore • Tipo di impiego • Principali mansioni e responsabilità 	<p>Libero professionista Studio privato Lavoratore autonomo Psico-pedagogista, Mediatrice familiare, Esperta nelle relazioni educative e Familiari, Sessuologa</p>	
oggi	<ul style="list-style-type: none"> • dal 2008 ad • Datore di lavoro • Tipo di azienda o settore • Tipo di impiego 	<p>Scuola Media S. D'Acquisto di Cesano Maderno Libero Professionista Psico-pedagogista. Sportello di ascolto Psico-Pedagogico rivolto ad alunni, genitori ed insegnanti presso Scuola Media "S. D'Acquisto" di Cesano Maderno.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • dal 1995 al 2011 • Datore di lavoro • Tipo di azienda o settore • Tipo di impiego 	<p>Centro di Consulenza per la Famiglia di Saronno (FELCEAF). Sociale/Formazione Psico-pedagogista, Mediatrice familiare, Esperta nelle relazioni educative e familiari, lavoratore autonomo.</p>	

- - Consulenze psico-pedagogiche;
 - Consulenze di Mediazione familiare;
 - Consulenze relative alla "Comunicazione nella coppia";
 - Consulenze sessuologiche;
 - Progettazione ed attuazione di interventi di educazione all'affettività e sessualità nelle scuole elementari, medie e superiori;
 - Progettazione ed attuazione di uno sportello di ascolto psico-pedagogico in due scuole medie del territorio;
 - Progettazione ed attuazione di uno sportello di ascolto psico-pedagogico in un Istituto Professionale del territorio;
 - Progettazione ed attuazione di uno sportello di ascolto psico-pedagogico: "Spazio giovani";
 - Progettazione ed conduzione di gruppi di adolescenti per affrontare tematiche specifiche della fase evolutiva;
 - Progettazione ed attuazione di interventi di sostegno alla genitorialità nella prima infanzia;
 - Progettazione ed attuazione di interventi di sostegno alla genitorialità nella preadolescenza e nell'adolescenza;
 - Progettazione di interventi in piccolo gruppo di genitori di preadolescenti e adolescenti sulla tematica della sessualità in età evolutiva;
 - Progettazione di uno "Sportello genitori affidatari".
 - Progettazione e attuazione di uno spazio rivolto alle neomamme: "Spazio Sorriso";
 - Progettazione e attuazione di uno spazio rivolto ai neopapà: "il cerchio dei papà".

Grazie alla progettazione ed attuazione di interventi rivolti ad un target ben definito, ma al contempo variegato, di soggetti, si è potuto creare una rete di servizi sul territorio, che lavorando in maniera sinergica, ha avuto ed ha tutt' oggi, come obiettivo la soddisfazione dei bisogni di crescita delle persone interessate e mira a rispondere in maniera precisa e puntuale alle richieste di informazione e di formazione che si fanno sempre più pressanti, tenendo sempre presente, come punto fermo, l'attenzione alla globalità della persona.

- dal 2005 ad oggi
- Tipo di azienda o settore
 - Principali mansioni e responsabilità

Libera professione

- * Progettazione e attuazione di moduli (12 ore cad.) di avviamento alla psicologia rivolto ad alunni delle classi III, IV e V dell'ITC Zappa di Saronno;
- * Elaborazione di un progetto per l'apertura di un **Centro Psico-pedagogico per il benessere dell'infanzia e dell'età evolutiva** presso poliambulatorio di Saronno convenzionato ASL.
- * Progettazione di un **Poliambulatorio Psico-pedagogico** per "Associazione Nora Omati Casa di Pronta Accoglienza ONLUS" di Saronno. Periodo di attuazione del progetto: settembre/ottobre 2006.
- * Progettazione e attuazione di **corsi di informazione**, di formazione e di **sostegno alla genitorialità** in qualità di consulente/psico-pedagogista, presso asilo nido privato di Saronno
- * **Progettazione e realizzazione di un "Atelier della fiaba: Una fiaba per Gabriele"** per conto dell'Associazione "La Voce del Bambino" di Marcella Cova a Saronno;
- * Progettazione e attuazione di uno **sportello di Mediazione familiare** per il comune di Saronno rivolto a coppie di genitori in crisi.

- dal 2007 ad oggi
- Tipo di azienda o settore

Libera professione: **Formazione.**

- Principali mansioni e responsabilità

Scuola Media di Via Stelvio di Cesano Maderno, Milano

***Corso di aggiornamento ai docenti**

“E parliamone...”

Percorso sull'affettività e sessualità rivolto ai docenti della Scuola primaria.

Scuola Media “S. D'Acquisto” di Cesano Maderno, Milano

***Corso di aggiornamento ai docenti**

“Cooperative Learning ovvero l'Apprendimento Cooperativo”

Scuola Media “S. Allende” di Senago, Milano

*Corso di aggiornamento ai docenti:

“Cooperative Learning ovvero l'Apprendimento Cooperativo”

*Corso di aggiornamento ai docenti:

“La gestione del conflitto in classe”

Scuole Materne Comunali di Genova

*Corso di aggiornamento alle insegnanti

“La scuola materna di fronte ai cambiamenti della famiglia, oggi”

Istituto Pozzi di Seregno

*Corso di formazione per educatori

“La relazione educativa”

“La fiaba come strumento educativo”

“L'adolescenza”.

- dal 09.2008 – al 08.2009
- dal 09.2009 - al 06.2010
- dal 09.2010 - al 06.2011
- dal 09.2011 - al 06.2012

- Datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

Istituto Tecnico “Don Milani” di Tradate (Va);

Istruzione.

Tempo determinato.

- Docente di psicologia della comunicazione e delle relazioni.

- dal 09.2007 – al 06.2008
 - Datore di lavoro

Liceo Classico “S. M. Legnani” di Saronno – Indirizzo socio-psico-pedagogico;

IPSIA “A. Parma” di Saronno – indirizzo Operatori sociali;

Istituto Istruzione Superiore “P. Verri” di Busto Arsizio – Indirizzo Operatori sociali.

- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

Istruzione.

Tempo determinato.

- Docente di psicologia.

- dal 09.2006 – al 06.2007
 - Datore di lavoro

Istituto Superiore “A. MANZONI” di Varese – Indirizzo socio-psico-pedagogico

Istruzione

Tempo determinato

- Docente di Sostegno ad alunni portatori di handicap.

- dal 09.2004 – al 06.2005
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

 - anno 2004
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

 - dal 09.2003 – al 06.2004
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

 - dal 09.2002 – al 06.2003
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

 - dal 09.2001 – al 06.2002
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

 - dal 02.2001 – al 06.2001
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

 - dal 09.2000 – al 02.2001
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- Liceo Classico "S. M. LEGNANI" di Saronno – Indirizzo socio-psico-pedagogico Istruzione
Tempo determinato
- Docente di Psicologia;
 - Docente di Pedagogia;
 - Docente di Filosofia;
 - Docente di Sociologia.
- "Istituto Pozzi" di Seregno (centro di pronto intervento per madri con figli allontanati dal nucleo familiare con decreto del tribunale.)
Sociale
Tirocinio operativo di 200 ore
- Progettazione di procedure e strumenti per l'individuazione delle dinamiche socio-relazionali all'interno dell'equipe del centro di Pronto Intervento;
 - Progettazione di un intervento di educazione all'immagine per le ospiti della struttura;
 - Progetto per il recupero di competenze scolastiche per i figli delle ospiti.
- Liceo socio-psico-pedagogico di Luino
Istruzione
Tempo determinato
- Docente di Psicologia;
 - Docente di Sociologia.
- Liceo Classico "S. M. LEGNANI" di Saronno – Indirizzo socio-psico-pedagogico Istruzione
Tempo determinato
- Docente di sostegno ad alunna portatrice di handicap.
- Liceo Classico "S. M. LEGNANI" di Saronno – Indirizzo socio-psico-pedagogico Istruzione
Tempo determinato
- Docente di Psicologia;
 - Docente di Sociologia.
- Liceo Classico "S. M. LEGNANI" di Saronno – Indirizzo socio-psico-pedagogico Istruzione
Docente a tempo determinato
- Docente di Psicologia;
 - Docente di Sociologia.
- I.T.C. "G. ZAPPA" di Saronno – Ragioneria con indirizzo turismo Istruzione
Tempo determinato
- Docente di Italiano;
 - Docente di Storia.

- dal 09.1996 – al 06.2002
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- Istituto Orsoline "San Carlo" di Saronno – Progetto EGERIA
Istruzione
Sostituzione maternità
- Docente di Psicologia;
 - Docente di Pedagogia.
-
- dal 09.1995 – al 06.1996
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- Comune di Saronno
Istruzione
Tempo determinato
- Insegnante con compito di sostegno ad alunni con situazioni di disagio familiare.
-
- dal 1993 – al 1995
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- I e II Circolo Didattico di Saronno
Istruzione
Tempo determinato
- Supplenze temporanee presso scuole elementari.
-
- dal 1993 – al 1996
 - Datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Villaggio S.O.S. di Saronno
Sociale
Volontariato

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Anno 2019, agosto
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
HRD ACADEMY training GROUP
 - Qualifica conseguita
Partecipazione al seminario di sei giornate: "Power Seminar"
- Anno 2019, giugno
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
HRD ACADEMY training GROUP
 - Qualifica conseguita
Partecipazione al seminario di quattro giornate: "Eagles"
- Anno 2019, gennaio
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
HRD ACADEMY training GROUP
 - Qualifica conseguita
Partecipazione al seminario di quattro giornate: "Leadership seminar"
- Anno 2018, dicembre
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
HRD ACADEMY training GROUP
 - Qualifica conseguita
Partecipazione al seminario di due giornate: "Emotional fitness"
Attestato di FIRE-WALKING
- Anno 2011
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Ospedale San Carlo Borromeo di Milano
 - Qualifica conseguita
Master in: " Consulente in Sessuologia"
Consulente in Sessuologia
- Anno 2010
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
 - Qualifica conseguita
Laurea in Scienze dei Processi socio-educativi
Laurea
- Anno 2009/2010
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Università Cattolica del Sacro Cuore di Brescia
 - Qualifica conseguita
Corso di Perfezionamento in "Esperto nelle relazioni educative e familiari".
Esperto in relazioni educative e familiari
- Anno 2006
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Alta Scuola di Psicologia c/o Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
 - Qualifica conseguita
Master biennale in "Mediazione familiare e comunitaria"
Mediatore familiare
- Anno 2006
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
 - Qualifica conseguita
Corso di alta formazione "Intelligenza emotiva. Saper gestire le proprie emozioni"
Attestato di frequenza
- Anno 2005
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Metodi Asscom&Aleph s.r.l. – Centro di formazione Paulo Freire
 - Qualifica conseguita
Corso di alta formazione "Condurre con efficacia gruppi di genitori"
Attestato di frequenza
- Anno 2005

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Anno 2005
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Anno 2000
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Anno 1995
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Anno 1994
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
 - Anno 1988
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Anno 1988
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
Corso di alta formazione "La professione di aiuto tra idealità e realtà"
 Attestato di frequenza

Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
Corso di alta formazione "Osservare e capire i disegni dei bambini"
 Attestato di frequenza

Provveditorato agli Studi di Varese

Abilitazione per l'insegnamento per la classe di concorso A036 (filosofia, psicologia e scienze dell'educazione).

Provveditorato agli Studi di Varese

Abilitazione per l'insegnamento nella scuola elementare

Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano

Diploma di **Laurea in Pedagogia**
 103/110

Istituto M. Curie di Tradate

Diploma di Istituto Magistrale
 42/60

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

MADRELINGUA

ITALIANA

INGLESE

BUONA

BUONA

BUONA

SPAGNOLO

BUONA

BUONA

BUONA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

PATENTE ECDL – PRIMI 4 MODULI

PATENTE O PATENTI

Patente B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Buone doti comunicative e di incentivazione alla motivazione del gruppo di lavoro, team working.

Spirito di iniziativa, flessibilità e problem solving

Ottime capacità organizzative e gestionali.

Ottime competenze nella elaborazione, stesura ed attuazione di progetti ed interventi a favore di targets specifici di popolazione.

Hobbies: lettura e musica

Saronno. 21 Luglio 2019