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.

Psicopatologia: diagnosi, cura, trattamenti clinici riabilitativi del disagio e dei disturbi psichici.

Interventi, individuali e di gruppo, restaurativi (breve termine) o ristrutturanti della personalità (medio-lungo termine).

Personalizzazione degli interventi in funzione delle caratteristiche dell'utenza, e sue esigenze, priorità e bisogni.

Tecniche di **autosostegno**

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)

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" .

INCARICHI ACCADEMICI

• Date (da Ottobre 2008 a Ottobre 2011)	**Assistenza alla docenza, Organizzazione Seminari e Laboratori** **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. Conduzione di **seminari** sui sistemi attentivi e sulle loro interazioni funzionali; **Laboratori di Psicologia Sperimentale** sul Sistema di Vigilanza attraverso il paradigma di deprivazione di sonno; **Supervisione di tirocinanti e Tutoraggio di laureandi**; **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**; 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. Stile Relazionale e **Comunicazione**. **Coaching di abilità per il matrimonio** Sintomi terminali e trattamento per accettare la **fine della relazione**. **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

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" .

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

Date **Titolo della qualifica rilasciata** **Titolo della Tesi** Organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	4 Novembre 2011 **DOTTORE DI RICERCA** in Psicologia Cognitiva Psicofisiologia e Personalità Processi Automatici e Volontari nell'Attenzione Selettiva: il Controllo dell'Interferenza. Valutazione tesi: Eccellente Dipartimento di psicologia, Sapienza Università di Roma Via dei Marsi 78, 000185, Roma.
Date **Titolo della qualifica rilasciata** **Titolo della Tesi** Facoltà erogatrice della formazione	13 Marzo 2007 **Laurea in Psicologia Generale e Sperimentale Vecchio Ordinamento** Incremento di Allerta Fasica: Effetti sull'Orientamento Spaziale dell'Attenzione. Voto finale: 107/110. Relatore Maria Casagrande. Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma. 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. Via dei Marsi 78 00185 Roma – tel 0644427787

Date	da Settembre 2009 a Settembre 2011
DIVULGAZIONE SCIENTIFICA	Partecipazione a convegni in qualità di **Relatore** AIP Sperimentale Catania 2011 AISC Napoli 2010 AIMS Bologna 2009 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

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" .