

## Contatta

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

## Competenze principali

Competenze interpersonali

Salute comportamentale

Sviluppo del personale

## Languages

Inglese

## Certificazioni

Operatore educativo per l'Autismo

Istruttore protocolli mindfulness  
MBSR-MBCT

Laurea in Psicologia Clinica e del  
Benessere

Mentoring e orientamento individuale  
per contrastare la dispersione  
scolastica

## Publicazioni

Mente: Così metti alla porta ansia e  
pensieri malinconici

Perché la mindfulness fa bene a  
tutta la famiglia

La Comunicazione Che Fa Bene Ha  
Bisogno Di Un Codice Etico?

Mindfulness Insieme, coltivare la  
consapevolezza con se stessi, in  
coppia e sul lavoro.

Che cos'è davvero la felicità?

# Stefano Serafinelli

Psicologo clinico, disturbi di ansia, stress, dipendenze e disagi legati al ciclo di vita (separazioni, perdite, nuovi progetti). Adulti e adolescenti. Formatore mindfulness.

## Riepilogo

Psicologo clinico, svolge attività di consulenza psicologica per: Stress, Disturbi d'Ansia, Dell'Umore, Dell'Attenzione, Dipendenze. Negli adulti e adolescenti.

Collabora con il **Centro Medico Sant'Agostino di Milano**.

Conduce incontri di gruppo e individuali per genitori e figli presso **l'Associazione One Parent**.

Ha collaborato con la **Comunità terapeutica riabilitativa psichiatrica Casa Cima** di Milano.

Da venticinque anni pratica e insegna meditazione e yoga, formandosi in Italia, Giappone e India.

Ha completato il: "Mindfulness professional training" presso **l'AIM Associazione Italiana Mindfulness** di Milano.

Ha ideato e condotto corsi di "Stress correlato alla funzione lavorativa" per il **Comune di Roma e il Ministero della Giustizia**.  
Workshop su: "Disturbi dell'attenzione" presso istituti di diverso grado.

Relatore in convegni Federpsi su: "Mindfulness e neuroscienze".  
E' stato Trainer-guida del "Corso di formazione per Istruttori Mindfulness" presso **Federpsi**.

Ha collaborato con **Syn Lab Monza e Altroconsumo** (Festival Futuro, Innovation Week, Wellbeing Week).

E' stato vice-presidente e Training Consultant presso: **'Osservatorio Branded Entertainment'**.

Collabora con **"BEintelligent"** piattaforma digitale che promuove un consumo informato e sostenibile.

Collabora con "La Finestra sulla Mente-S.Agostino Psiche" e "Sant'Agostino Bimbi-Genitori Consapevoli"(iniziative editoriali a cura del C.M.Sant'Agostino e Fps Media).

Ha scritto (assieme a M.B.Toro) il libro:

**"Mindfulness insieme, coltivare la consapevolezza con se stessi, in coppia e sul lavoro" (ed. Franco Angeli).**

---

## Esperienza

Libera professione- Ordine Psicologi Lombardia

Psicologo

settembre 2008 - Present (15 anni 6 mesi)

Milano, Italia

Colloqui e consulenze psicologiche.

Percorsi di riduzione dello stress lavorativo per: enti pubblici, istituti, organizzazioni, e privati.

Trattamento di disturbi dell'attenzione, dell'ansia e dell'umore in adulti e adolescenti.

Associazione OneParent - Associazione Genitori Single

Psicologo clinico

febbraio 2019 - Present (5 anni 1 mese)

Milano, Lombardia, Italia

Collabora, in qualità di psicologo, alle attività di sostegno e ai gruppi educativi, rivolti ai genitori e ai loro figli. <http://www.associazione-oneparent.org/>

Centro Medico Santagostino

Psicologo clinico e conduttore gruppi mindfulness e yoga

novembre 2016 - Present (7 anni 4 mesi)

Milano, Italia

Conduttore gruppi MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) e del programma

Yoga-Sant'Agostino.

<https://www.cmsantagostino.it/stefano-serafinelli>

Officina Mindfulness

16 anni 4 mesi

Istruttore protocolli Mindfulness

novembre 2007 - Present (16 anni 4 mesi)

Tutta Italia

Istruttore di MBI (Mindfulness Based Interventions)

## Coordinatore

novembre 2007 - Present (16 anni 4 mesi)

Milano, Italia

Fonda e coordina "Officina Mindfulness", l'iniziativa si occupa di diffondere la cultura della consapevolezza: attraverso conferenze, corsi, pubblicazioni e incontri tematici.

Scuole di specializzazione, istituti d'istruzione statali e parificati, associazioni.

## Docente e Trainer

giugno 1997 - Present (26 anni 9 mesi)

Tutta Italia

Idea e conduce workshop e percorsi di consapevolezza:

Percorsi per disturbi dell'attenzione nei bambini e negli adulti.

Percorsi per la riduzione dello stress, della sofferenza e dell'ansia.

Percorsi per dipendenze: comportamentali e da sostanze.

## Comunità terapeutica riabilitativa psichiatrica

### Psicologo clinico

aprile 2020 - febbraio 2023 (2 anni 11 mesi)

Milano, Lombardia, Italia

Partecipa, in qualità di psicologo clinico, alle attività riabilitative per i pazienti psichiatrici ospiti della comunità terapeutica.

<https://neomesia.com/casa-cima>

## Albagnano Healing Meditation Center

### Docente

agosto 2022 - ottobre 2022 (3 mesi)

Albagnano (VB) -Italia

Collabora al percorso di educazione non formale "Educarsi a Educare" ,in qualità di docente, con "Mindfulness nella relazione". Presso l'Albagnano Healing Meditation Center.

## Federpsi

### Trainer guida

febbraio 2016 - giugno 2020 (4 anni 5 mesi)

Roma, Italia

Corso di Formazione per istruttori mindfulness. Il corso, si occupa di formare alla pratica e alla messa in atto dei protocolli mindfulness MBSR/MBCT.

## SYNLAB

Psicologo clinico, conduttore protocolli Mindfulness

maggio 2018 - giugno 2018 (2 mesi)

Monza e Brianza, Italia

Conduttore del protocollo "Mindfulness Based Stress Reduction" per il personale della sede di Monza Brianza.

## Osservatorio Branded Entertainment

Vice Presidente e Training Consultant

aprile 2014 - gennaio 2017 (2 anni 10 mesi)

Milano, Italia

Vice presidente dell'Obe e training consultant.

## Ministero della Giustizia

Docente

ottobre 2014 - novembre 2015 (1 anno 2 mesi)

Scuola allievi ispettori scuola "Giovanni Falcone" insegna "Tecniche di gestione dello stress".

## FederPsi alta formazione

Relatore

ottobre 2015 - ottobre 2015 (1 mese)

Sala Convegni del Celio (Roma)

Convegno "Mindfulness e relazioni: teoria, metodi, neuroscienze"

## Secondo Centro Terapia Cognitivo Interpersonale

Istruttore, Docente, Conduttore

maggio 2013 - maggio 2015 (2 anni 1 mese)

Roma

Istruttore protocolli Mindfulness.

Docente al corso ecm "Mindfulness per la pratica clinica, la terza onda della terapia cognitiva"

## FederPsi Alta Formazione

Docente

novembre 2014 - febbraio 2015 (4 mesi)

Docente nel corso ECM "Mindfulness per la pratica clinica: la terza onda della terapia cognitiva".

Comune di Roma (Dipartimento C.ne Ostiense)

Docente

novembre 2010 - giugno 2011 (8 mesi)

Conduce il corso "Gestire lo stress nell'ambiente di lavoro" nell'ambito del progetto "O.A.S.I".

Fondazione Archè Onlus

Operatore

ottobre 2009 - novembre 2010 (1 anno 2 mesi)

Ospedale Bambin Gesù, Roma

Opera come volontario presso il day-hospital dell'ospedale Bambin Gesù.

---

## Formazione

Libera Università 'Maria SS Assunta'

Laurea in Psicologia Clinica, Psicologia Clinica e del Benessere · (2011 - 2013)

Associazione Italiana Mindfulness

Master, Istruttore protocolli Mindfulness MBSR-MBCT (2012 - 2013)

FeDerSerd Federazione Italiana degli Operatori dei Dipartimenti e dei Servizi delle Dipendenze

La clinica delle dipendenze · (2019 - 2019)

Libera Università 'Maria SS Assunta'

Laurea, Scienze e tecniche psicologiche (2009 - 2011)

Ikitaitalia/Ado-Uisp

Istruttore di Yoga (2000 - 2011)

CFI Scuola.

Mentoring e orientamento individuale per contrastare la dispersione scolastica. Accreditato/qualificato MIUR (2024)

**Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Dlgs 196 del 30 giugno 2003 e dell'art. 13 GDPR.**

In Fede