



Federica Mulé

COUNSELOR PROFESSIONISTA MEDIATRICE FAMILIARE

PRESENTAZIONE

Sono una persona creativa, intuitiva, con capacità di analisi e osservazione. Ho una fiducia innata nelle qualità dell'essere umano e il mio compito è quello di mostrarle a chi si rivolge a me. Dopo 10 anni di esperienza come counselor a integrazione corporea, dal 2019 opero anche come counselor ad approccio Pluralistico Integrato e come Mediatrice Familiare. Guido la persona a navigare le relazioni, la supporto nel superamento delle difficoltà che le impediscono di realizzarsi come individuo, come partner e come membro dei diversi gruppi in cui è inserito. Grazie alla mia esperienza ho ideato il metodo MOV.ES., una innovativa metodologia di counseling per l'intelligenza corporea che, attraverso il movimento del corpo con la musica, facilita l'espressione e la rielaborazione dei vissuti emozionali.

ESPERIENZE LAVORATIVE

Counselor, Orientatrice, Mediatrice Familiare, Facilitatrice di Gruppi

Libera Professionista | Roma | 10/2019 - ATTUALE

- Conduzione colloqui di counseling individuali e di gruppo mirati all'aumento della consapevolezza di sé, allo sviluppo dell'assertività e al potenziamento dell'autoefficacia.
- Percorsi di orientamento diretti all'individuazione degli obiettivi lavorativi, scolastici e di vita.
- Conduzione e facilitazione di gruppi di crescita per l'educazione all'ascolto di sé, presso l' "UNITRE - Università delle Tre Età" a Ostia Antica.
- Facilitazione del progetto "Spazio sacro educatori" con conduzione di incontri mensili per migliorare la resilienza e il benessere relazionale degli educatori esposti a situazioni di burn-out, presso Asilo e Scuola del Mare e del Bosco di Ostia.

Responsabile Amministrativa

GE.COM. ROMA S.r.l. | Roma | 01/2013 - ATTUALE

- Gestione dei contratti di locazione degli immobili di proprietà della società.
- Mediazione dei rapporti tra proprietà e conduttori.
- Cura delle relazioni con i clienti per gli aspetti amministrativi.
- Gestione dell'idoneità documentale per la presentazione del bilancio.
- Gestione delle pratiche amministrative e delle attività di segreteria.

Operatrice del Benessere e in Tecniche corporee

Studio di Fisioterapia - Istituto Villa Borghese - Capri Palace - Hotel Relais De Glacières | Roma, Napoli, Aosta, Olbia-Tempio, Bolzano | 09/2006 - 03/2012

- Responsabile del progetto per l'implementazione di tecniche corporee per la gestione emozionale a supporto del pre e post-operatorio.
- Coordinamento delle operatrici estetiche e delle attività dell'area benessere.
- Ascolto delle esigenze del cliente e valutazione del suo stato fisico e mentale.
- Guida del cliente in attività di respirazione per facilitare il rilassamento.
- Esecuzione di massaggi per favorire il riequilibrio posturale.
- Guida del cliente in esercizi di stretching e mobilizzazione per ridurre le tensioni muscolari e articolari.

CONTATTI

- 📍 Indirizzo: via G. C. Conestabile della Staffa, 95 (00124 - Roma)
- 📞 +39 339.8115803
- ✉ federica.mule@icloud.com
- 🔗 linkedin.com/in/fmcounseling

RIASSUNTO DELLE COMPETENZE

COMPETENZE DIGITALI

Pacchetto Office (Word, Excel, PowerPoint, Outlook) Internet (Zoom, Microsoft Teams, Google Meet) Google Workspace Canva

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua Madre: Italiano
Altre Lingue: Inglese C1 - Francese A1

COMPETENZE TRASVERSALI

Competenze realizzative: accuratezza, autonomia, capacità di analisi e osservazione, creatività.

Competenze comunicative: assertività, competenze relazionali, intelligenza emotiva, lavoro di gruppo.

Competenze di efficacia: apertura al cambiamento, flessibilità, problem-solving; gestione dello stress.

Competenze manageriali: mediazione, negoziazione, pianificazione e monitoraggio.

CERTIFICAZIONI

Formazione Avanzata in Counseling per i Gruppi rilasciato Università Popolare del Counseling • U.P. A.S.P.I.C.

Mediatrice Familiare iscritta ad AssoMef Associazione Mediatori Familiari Socia n. 42

Counselor Professionista iscritta a REICO Associazione Professionale di Counseling Socia n. 1999

Istruttore delle Tecniche del Sistema Rio Abierto rilasciato da Scuola Rio Abierto Italia

ALTRO IN EVIDENZA

Guidance Counselor al Salone dello Studente di Roma ed. 2024

Tutor d'aula presso U.P. ASPIC Università Popolare del Counseling Roma (2024)

Sales Administration - Customer Care

Alcoa Trasformazioni S.p.A. | Bolzano | 10/2000 - 04/2006

- Assistenza al team di vendita nella preparazione di offerte commerciali.
- Gestione della conformità della documentazione sui contratti di vendita.
- Cura della relazione con i clienti per garantire la loro soddisfazione. Gestione delle richieste e dei reclami dei clienti.

Responsabile Bandi di Gara

Ditta Giuseppe Zanzi & Figli S.p.A. - M.D. IMMOBIL PETROLI S.p.A. | Roma | 04/1997 - 07/1999

- Identificazione e monitoraggio delle opportunità di gara rilevanti.
- Analisi dei documenti di gara e dei requisiti tecnici, legali e amministrativi.
- Valutazione della fattibilità della partecipazione dell'azienda alla gara.
- Preparazione della documentazione necessaria.
- Monitoraggio dell'iter di valutazione delle offerte e dei risultati delle gare.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Università Popolare del Counseling U.P. ASPIC di Roma

- Formazione Avanzata in Counseling per i gruppi (120 ore) | 02 - 12/2024: corso di aggiornamento e approfondimento per la progettazione e gestione di gruppi di successo.
- Master in Mediazione Familiare Integrata (320 ore) | 01/2020 - 07/2021: percorso di qualifica professionale orientato alla risoluzione delle dinamiche conflittuali, allo sviluppo positivo della crisi, all'agevolazione dello scambio comunicativo e all'intervento di coppia/famiglia durante la separazione o il divorzio.
- Formazione Avanzata in Counseling sessuologico (8ore) | 12/2019: il counseling corporeo come processo di integrazione tra maschile e femminile per trovare la propria personale libera espressione al di là degli stereotipi e in contatto con la propria biologia.

Scuola Superiore Europea di Counseling Profesionale ASPIC di Roma

- Master in Gestalt Counseling (900 ore) | 01/2019 - 12/2020: corso di formazione intensiva e training tecnico-applicativo per acquisire padronanza nelle tecniche del counseling e diventare esperta agevolatrice nella relazione di aiuto (competenze in problem-solving; tecniche di sostegno per lo sviluppo delle potenzialità cognitive ed emozionali, personali e interpersonali).

Scuola Rio Abierto Italia | Città della Pieve (PG)

- Formazione per accompagnare alla nascita e al post-parto (60 ore) | 06/2011: corso per l'apprendimento di strumenti pratici di accompagnamento di gruppi di donne al parto e puerperio consapevoli.
- Supervisione didattica e professionale (60 ore) | 06/2010: corso di aggiornamento e supervisione nelle tecniche del counseling sistemicorazionale per la conduzione dei gruppi.
- Formazione in Tecniche del sistema Rio Abierto (630 ore) | 10/2009: il counseling a indirizzo corporeo nella gestione del processo di gruppo che pone attenzione al linguaggio del corpo per comprenderne le rigidità psicofisiche e sperimentare posture più funzionali alla relazione inter e intrapersonale.
- Corso di Massaggio Circolatorio e Correttivo (95 ore) | Milano | 12/2005: apprendimento delle manovre per entrare in contatto con la persona; migliorare la circolazione; armonizzare la postura; liberare le rigidità fisiche ed emotive; facilitare il rilassamento e il contatto con se stessi.

I.T.C. Paolo Toscanelli | Roma

Diploma di Ragioniera e Perito Commerciale | 07/1995