



# Federica Mulé

## COUNSELOR PROFESSIONISTA MEDIATRICE FAMILIARE

### 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)

### 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 Glacieres | 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.

## 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 (80 ore) | 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 Professionale 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 sistemico-relazionale 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

*Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".*