



Curriculum Vitae

Alessia Favretto

INFORMAZIONI PERSONALI

Alessia Favretto



PROFESSIONE E AREE DI ATTIVITÀ

Psicologa - Consulente - Formatrice

Dottore di ricerca in psicologia sperimentale

- **Consulenza aziendale in ambito:** (1) Salute e sicurezza nei luoghi di lavoro - valutazione del rischio stress lavoro-correlato D.Lgs. 81/2008, attività informative e formative per la prevenzione del rischio; (2) Formazione e gestione risorse umane - analisi di ruoli e mansioni, selezione del personale, mappatura delle competenze, analisi dei bisogni formativi, analisi del potenziale, piani di crescita professionale, formazione e gestione di gruppi di lavoro; (3) Supporto strategico al management per lo sviluppo organizzativo - analisi dei processi lavorativi, individuazione aree di miglioramento, affiancamento nella revisione di processi, costruzione e applicazione di strumenti ad-hoc come indagini di clima, questionari o interviste e analisi dei risultati; (4) Comunicazione interna ed esterna; (5) Sportello d'ascolto.
- **Formazione** (1) rivolta a lavoratori, quadri, manager, dirigenti, preposti, RSPP, ASPP, RLS in ambito sicurezza, salute, benessere lavorativo, rischi psicosociali, gestione dello stress, leadership, gender equality, competenze trasversali, comunicazione (2) per disoccupati e inoccupati, iscritti a corsi FSE finalizzati al reinserimento lavorativo, su soft skills e ricerca attiva del lavoro (3) per studenti di scuola secondaria di primo grado e alta formazione tecnica post diploma su competenze relazionali, comunicazione, metodo di studio, rispetto e inclusione.
- **Sostegno psicologico alla persona** in ambito lavorativo e familiare; sviluppo delle capacità di resilienza e personal empowerment.
- **Volontariato** nel contrasto alle situazioni di disagio lavorativo e di povertà.

ESPERIENZA PROFESSIONALE

- **AREA aziendale e organizzativa**

Dal 03/2023 – ad oggi **Consulente Human Capital Management di HR-Tech (divisione Human Resources di Bio-Tech engineering & consulting srl) Cremona.** Progetti di selezione, analisi delle competenze e dei fabbisogni formativi, sviluppo del potenziale, empowerment delle risorse umane. Tra i clienti: Ocean Team srl, Trieste, azienda operante nei trasporti marittimi e portuali cui fanno capo 19 imprese. Formazione, implementazione di piani di crescita e sviluppo delle competenze manageriali, affiancamento dei ruoli *middle management*.

01/2022 – 12/2023 **Membro esperto, psicologo in libera professione, nelle commissioni giudicatrici dei concorsi pubblici della Provincia di Trento e dell'APSS di Trento.** Attività: valutazione attitudinale attraverso prova specifica e/o colloquio dei candidati alla qualifica di Dirigente e

Direttore (es. concorso dirigente servizio prevenzione rischi e CUE; direttore ufficio gestione servizio opere civili; dirigente servizi educativi per l'infanzia; dirigente servizio opere stradali e ferroviarie; direttore ufficio assetto economico; dirigente servizio logistica APSS; dirigente servizio relazioni esterne; dirigente u.m.s.e. coesione territoriale e valorizzazione capitale sociale).

01/2019 - 04/2020

Consulente di Direzione nelle residenze polifunzionali per anziani "Antonella" e "Antonella2" Trieste. Affiancamento alla Direzione, coordinamento e supervisione in tutte le attività di gestione della residenza Antonella e avvio ex novo della struttura Antonella2: dalla selezione del personale OSS, infermieristico, ausiliario e amministrativo attraverso colloquio e valutazione dei requisiti, a tutti gli aspetti procedurali, operativi e comunicativi interni ed esterni della residenza. Gestione dei rapporti con ASUGI, MMG, fornitori, famiglie, Protezione Civile (periodo COVID); coordinamento d'equipe; affiancamento nei piani di lavoro; funzioni di sportello d'ascolto interno (per OSS, infermieri e staff). Valutazione cognitiva dell'anziano e stesura delle relative componenti del PAI, attività di risveglio cognitivo rivolte all'ospite.

08/2000 - 09/2018

Dipendente a tempo indeterminato di Italia Marittima SpA Trieste (azienda di trasporti marittimi, Gruppo Evergreen, Taiwan). Dal 2005 al 2013 in ufficio Risorse Umane con mansioni di gestione e amministrazione del personale (es. procedure di assunzione, cessazioni, part time, maternità, categorie protette, contratti, comunicazioni interne/esterne in italiano e inglese, analisi dell'organico, mappatura delle competenze e dei fabbisogni formativi). Inoltre ufficio qualità con mansioni di auditor Qualità (analisi dei processi, stesura delle procedure in conformità alla norma ISO9000, individuazione e misurazione dei KPI); segreteria di direzione (dirigenti taiwanesi e italiani), controllo di gestione, documentazione, chartering, engineering.

• AREA Sicurezza sul lavoro

Dal 2004 ad oggi

Consulente, psicologa in libera professione, area Salute e Sicurezza nei luoghi di lavoro e valutazione rischio Stress lavoro-correlato (D.Lgs 81/2008 e s.m.i.). Affiancamento del cliente in tutte le fasi del processo di valutazione in caso di prima attivazione e in caso di aggiornamento della VR: rilevazione del rischio; individuazione e implementazione delle misure di contrasto; verifica e follow up. Tra i clienti: Flextronics Srl, SISSA (Scuola Internazionale di Studi Avanzati), AcegasApsAmga SpA, Est Energy, Hestambiente, ASE Gruppo Hera, Electrolux Modotti SpA, Plastidite SpA, Agenzia Mobilità Territoriale SpA.

02/2010 - 12/2010

Consulente, psicologa in libera professione, per lotunoivoi Donne Insieme (I.D.I), Associazione di Volontariato Onlus, Udine. Intervento-azione a seguito di analisi dell'organizzazione e dei processi lavorativi: indagine di clima organizzativo, valutazione del rischio Stress lavoro-correlato, ciclo di incontri informativi e formativi sulla gestione dei rischi psicosociali e sviluppo delle competenze relazionali per il potenziamento del lavoro in team (teamwork empowerment).

• AREA Formazione

Dal 10/2018 - ad oggi

Bio-Tech engineering & consulting srl, Cremona. Formatrice nell'area Sicurezza del lavoro, benessere lavorativo e tematiche trasversali. Corsi teorico-pratici (come da formazione continua CCNL Metalmeccanico) sui temi della sicurezza, del benessere lavorativo e competenze trasversali (es. comunicazione efficace, lavoro di squadra, gestione del tempo, leadership, collaborazione tra capi e collaboratori, attenzione e concentrazione) destinati a lavoratori del settore metalmeccanico - acciaierie del Gruppo Arvedi negli stabilimenti di: Trieste, Cremona, Perugia, Ancona.

- Dal 10/2024 – ad oggi **Istituto Tecnico Superiore (ITS) Accademia Nautica dell'Adriatico. Docente** del modulo Soft Skills nel corso Tecnico superiore per la strategia commerciale "Assistant Store Manager LIDL".
- Dal 09/2019 – ad oggi **Associazione Arché (Associazione Formazione Educatori). Formatrice** nell'ambito di corsi per giovani disoccupati e adulti svantaggiati iscritti al SIIIL (servizio integrazione inserimento lavorativo disabili) del Comune di Trieste. Aree: competenze trasversali, potenziale personale, motivazione al lavoro, orientamento al lavoro, ricerca attiva del lavoro, strumenti di ricerca del lavoro, colloqui di selezione in presenza e online, contratti di lavoro, redazione sperimentale di CV che mettono in risalto gli apprendimenti non formali e informali per consentire percorsi alternativi di reinserimento lavorativo.
- Marzo-maggio 2025. **Ad Formandum. Docente corsi attivascuola** finanziati dalla Regione FVG: "Mi relazio: dall'io al noi" e "Potenziare le soft skills per l'orientamento educativo". Tot ore 48.
- Febbraio 2024. **Amplia Infrastructures - Gruppo Autostrade per l'Italia. Docente** al workshop in materia di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro in esterno, tunnel autostradale presso Gemona (UD)
- Ottobre 2022. **Eco-Syn srl Sicurezza Qualità Ambiente (Udine). Docente** del corso "Sicurezza sul lavoro per dirigenti" ai sensi dell'accordo Stato-Regioni del 21/12/2011. Modulo 4: comunicazione, formazione e consultazione dei lavoratori.
- Dal 2010 al 2012. **Formindustria Trieste (ente formativo di Confindustria FVG).**
- Corso di formazione "Sicurezza sul lavoro per dirigenti" ai sensi dell'accordo Stato-Regioni del 21/12/2011. Modulo 4: comunicazione, formazione e consultazione dei lavoratori. Inoltre, dal modulo 3: stress lavoro-correlato.
 - Corso di aggiornamento per RSPP e ASPP: "La valutazione dello stress lavoro-correlato alla luce delle indicazioni metodologiche emanate dalla Commissione consultiva permanente".
- Dal 2010 al 2012. **Unindustria Pordenone. Corsi per RSPP -Modulo C** su: "La percezione e valutazione del rischio"; "Elementi di comunicazione", "I rischi di natura psico-sociale, stress e mobbing: strumenti e misure di prevenzione".
- 04/1996-10/1997. **SQS srl (Servizi Qualità e Sicurezza).** Docenza frontale d'aula ed esercitazioni pratiche su motivazione a lavoro in sicurezza, clima lavorativo, fatica mentale e gestione dello stress per RSPP, ASPP, RLS e personale delle aziende committenti, tra cui: Azienda Consorziale Trasporti SPA, Modiano SPA, Smolars Srl, Francesco Parisi SPA.
- a.a. 2007-2008 **Docenza universitaria** al corso di Master "Logistics Promoter", Università di Trieste, Facoltà di economia e architettura. Modulo: "La valorizzazione delle risorse umane nel percorso organizzativo" dalla redazione del CV Europass allo sviluppo del potenziale.
- a.a. 2006-2007 **Docenza universitaria** al Master in Analisi e Gestione della Comunicazione e nell'ambito del Corso di Perfezionamento e Aggiornamento Professionale in Counselling in modalità frontale indoor e pratica outdoor, modulo: "Comunicazione e Team Building". Università di Trieste, Facoltà di scienze della formazione. Relatore nella tesi: "La comunicazione: strumento e elemento di prevenzione nella sicurezza del lavoro", dott.ssa M. Conte.
- **AREA Ascolto e colloqui di sostegno psicologico**
- Dal 04/2023 ad oggi **Consulente di ICGEB International Centre for Genetic Engineering and Biotechnology Trieste. Servizio di counselling psicologico.** Attività: ascolto, consulenza e supporto psicologico a studenti di dottorato di ricerca e di master, stranieri e italiani, in lingua inglese e italiano, volti a rinforzare le capacità di resilienza, lo sviluppo personale e il senso di autoefficacia, a favorire il benessere lavorativo attraverso il potenziamento delle risorse

individuali; collaborazione con il Medico Competente nelle situazioni potenziali di rischio; coordinamento dello sportello con l'ufficio Risorse Umane.

- Dal 05/2021 ad oggi **Consulente di Elettra - Sincrotrone Trieste, referente del servizio psicologico di ascolto per il personale dipendente e somministrato, italiano e straniero.** Attività: ascolto, consulenza e supporto ai lavoratori e alle lavoratrici; promozione e realizzazione di azioni volte a prevenire situazioni di disagio e a favorire il benessere lavorativo attraverso il potenziamento delle risorse individuali; collaborazione con il Medico Competente nelle situazioni potenziali di rischio; coordinamento dello sportello con l'Attività Risorse Umane.
- Dal 10/2018 ad oggi **Consulente di UILCA FVG nel servizio psicologico di sportello di ascolto per i lavoratori del settore credito e assicurazioni.** Attività: ascolto, informazione e formazione; gestione del disagio riferito al lavoro (conflitti, vessazioni, discriminazione, molestie e mobbing) attraverso la valorizzazione delle risorse individuali; raccolta dati e coordinamento su territorio FVG.
- Dal 01/2012 ad oggi **Attività libero-professionale di Psicologa: sostegno psicologico alla persona e alla famiglia** nella gestione delle difficoltà della vita, conflitti interpersonali, capacità individuali, competenze comunicative e relazionali, valutazione delle proprie risorse e pianificazione degli obiettivi di crescita. Applicazione della metodologia del colloquio psicologico con eventuale utilizzo di questionari e test standardizzati; PNL.

• **AREA Assistenza, settore sociale e volontariato**

- Dal 06/2023 ad oggi **Psicologa di Comunità in libera professione. Fondazione La Fonte, Comunità Famiglia Onlus, Trieste.** Attività: Colloqui in equipe di accoglimento in Comunità di Minori stranieri non accompagnati. Servizio di sportello d'ascolto, sostegno psicologico e gestione del disagio sia per l'area MSNA che per i lavoratori dell'area non autosufficienza (OSS, infermieri e staff).
- Dal 11/2016 a 02/2024 **Consulente della Fondazione benefica Morpurgo de Nilma.** Valutazione domiciliare della situazione di vita dei richiedenti sussidio con disagio economico e sociale. Più di 500 valutazioni in 2 anni, in presenza di handicap psicofisico e altre situazioni di svantaggio (anziani, disabili, tossicodipendenti, immigrati, persone in pena detentiva alternativa)
- Dal 01/2012 ad oggi **Volontaria e presidente dell'associazione non-profit Umanamente Lavoro.** Supporto psicologico-morale di primo accesso alla persona nelle situazioni di disagio riconducibili all'ambito lavorativo. Attività di orientamento professionale e stesura del curriculum.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- a.a. 2005-2006 **Perfezionamento universitario post-lauream annuale in "Counselling -il sistema di ascolto nelle relazioni interpersonali"** - Università degli studi di Trieste
- a.a. 2002-2003 **Perfezionamento universitario post-lauream annuale in "Formazione e gestione delle risorse umane: area marketing e comunicazione"** - Università degli studi di Padova. Tesi: *Il ruolo dello psicologo nella gestione delle risorse umane con particolare riferimento alla selezione del personale*
- 2003-2004 **Corso di formazione MIB** di 100 ore su "Sviluppo delle competenze per creare e gestire nuova impresa", MIB School Trieste.
- 11/01/2002 **Dottorato di Ricerca in psicologia sperimentale, durata 4 anni di cui uno presso Texas Christian University USA, rilasciato dall'Università degli studi di Trieste.** Ricerca di base. Pianificazione, realizzazione e coordinamento di progetti di ricerca in psicologia cognitiva. Competenze metodologiche nella raccolta, analisi e interpretazione di dati

statistici. Dissertazione finale: Memory displacements for targets undergoing luminance transformations

1996-1997

Abilitazione alla professione di Psicologo con esame di Stato -sessione novembre 1997- previo tirocinio annuale e successiva iscrizione all'Albo degli Psicologi FVG.

04/03/1996

Laurea in Psicologia. Indirizzo Generale e sperimentale. Votazione: 110/110 e lode (durata 5 anni). Università degli Studi di Trieste. Tesi in Psicologia della percezione su: "Dinamica del secondo ordine e strutture tridimensionali".

07/1990

Maturità classica. Liceo Dante Alighieri Trieste.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	ottimo	ottimo	fluente	fluente	ottimo
Tedesco	discreto	discreto	base	base	base

Competenze comunicative

Ottime competenze comunicative e di public speaking acquisite **grazie all'esperienza** di formatrice e ottime capacità di ascolto acquisite nella pratica professionale, ottime capacità di sintesi e di relazione.

Competenze organizzative e gestionali

Ottima autonomia nel lavoro e spiccata capacità di organizzare il lavoro per priorità con alta qualità della prestazione, acquisite negli anni di sperimentazione e ricerca; capacità di lavorare in gruppo e prendere decisioni, lavoro per obiettivi, orientamento al risultato. **Buona capacità nell'organizzazione di eventi divulgativi aperti al pubblico.**

Competenze professionali

Ottime competenze nella valutazione di processi di lavoro e aree di miglioramento nell'ambito salute e sicurezza e risorse umane; ottime capacità di diagnosi e rilevazione delle competenze individuali, dei bisogni formativi **e nell'individuazione dei potenziali.**

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
ottimo	ottimo	ottimo	buono	buono

Livelli: Utente avanzato

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

- Buona padronanza degli strumenti della suite per ufficio (elaboratore di testi, foglio elettronico, software di presentazione in ambiente Windows e Mac)
- Buona padronanza dei programmi per l'elaborazione digitale delle immagini Canvas e Photoshop
- Buona padronanza dei programmi per l'elaborazione statistica dei dati Superanova e StatView

Altre competenze Tango argentino avanzato, motociclismo, creazioni letterarie, realizzazione abiti

Patente di guida B e A

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni scientifiche

- Hubbard, T.L. & Favretto A. (2003). Naive impetus and Michotte's "tool effect": Evidence from representational momentum. *Psychological Research*, 67, 134-152.
- Pelizzon, L., Brandimonte, M.A. & Favretto, A. (1999). Imagery and recognition: Dissociable measures of memory? *European Journal of Cognitive Psychology*, 11, 429-443.
- Brandimonte, M.A., Hitch, G.J., Walker, P., Del Bello, R., Pelizzon, L. & Favretto, A. (1998). Effetti di congruenza della grandezza sul riconoscimento di parti immaginate. *Giornale Italiano di Psicologia*, 2, 383-406.
- Domini, F., Caudek, C., Tumer, J. & Favretto, A. (1997). Discriminating constant from variable angular velocities in Structure From Motion. *Perception & Psychophysics*, 60 (5), 747-760.

Conferenze

- **"La rilevazione e valorizzazione delle competenze non formali e informali, quali opportunità"**. Organizzato dal Comune di Trieste con il contributo della L.R. 24/2019. Relatrice Favretto A., Trieste, 07/09/2021
- **"Il sostegno al lavoratore quando il lavoro è fonte di disagio"**. Organizzato da Favretto A. - Associazione UmanaMente Lavoro. Trieste, 21 e 28 settembre 2012.
- **"I meccanismi dello stress"**. Favretto A., Mottica M., D'Orlando A., Trieste, 22/05/2003.

Appartenenza a gruppi / associazioni

- Socia di SIPLO Società Italiana di Psicologia del Lavoro
- Membro del Consiglio Generale della Fondazione CRTrieste
- Componente supplente dell'**Organismo Territoriale di Controllo (OTC) sulle attività del Centro Servizi** per il Volontariato del Friuli Venezia Giulia.
- Responsabile Safeguarding, già Consigliere, già Vicepresidente ASD Nuovo Soncini Calcio.
- **Presidente dell'associazione di volontariato UmanaMente Lavoro ODV-ETS**
- Socia, già Consigliere di FISH FVG (Federazione Italiana Superamento Handicap)
- Già Consigliere, già Coordinatore Federale, della Federazione Volontariato FVG
- 2023: già membro di World Trade Center Trieste
- 2017: eletta rappresentante dalle ODV Trieste nel Comitato di Gestione del Fondo per il CSV FVG.
- 2011: **membro del Gruppo di lavoro Terzo Settore dell'Ordine degli Psicologi FVG**

TRATTAMENTO DATI PERSONALI

Si acconsente al trattamento dei dati personali forniti con il presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679, nonché delle disposizioni di cui al decreto legislativo 10 agosto 2018, n. 101. Le dichiarazioni contenute nel presente curriculum vitae sono rese ai sensi degli articoli 47 e 76 del DPR n. 445/2000 e successive modifiche e integrazioni.

Trieste, 03/08/2026