

Mirjam Blasco

Psicologa | Psicologia del lavoro e delle organizzazioni | Mindfulness per la riduzione dello stress e benessere organizzativo



PROFILO PROFESSIONALE

Psicologa iscritta all'Albo degli Psicologi della Calabria (Sezione A, n. 3802) e formatrice. Accompagno persone, professionisti e organizzazioni in percorsi di mindfulness per la riduzione dello stress, lo sviluppo delle competenze e la promozione del benessere. Formatrice dal 1996, con esperienza nella gestione delle risorse umane, ho completato il percorso con la laurea magistrale in Psicologia e l'abilitazione professionale. Opero in presenza e a distanza.

INFORMAZIONI PERSONALI

Nome e cognome	Mirjam Blasco
Cittadinanza	Italiana
Telefono	328 425 7458
E-mail	miryam.blasco@gmail.com PEC: mirjamblasco@psypec.it
Sito web	www.spaziozen.com
Partita IVA	03547500789
Patente di guida	B
Iscrizione professionale	Sezione A dell'Albo degli Psicologi, Ordine degli Psicologi della Calabria, n. 3802, dal 5 agosto 2026 — abilitazione all'esercizio della professione di psicologa

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Psicologa iscritta all'Albo e formatrice in libera professione

Dal 5 agosto 2026 — Ordine degli Psicologi della Calabria, Sezione A, n. 3802 – attività autonoma con partita IVA

Formatrice e counselor corporeo in libera professione

2018 – agosto 2026 — Attività professionale autonoma con partita IVA – Spazio Zen – Legge 14 gennaio 2013, n. 4

- Percorsi individuali di counseling ad approccio corporeo e relazione di aiuto e percorsi di crescita personale, nell'ambito delle attività non riservate alle professioni organizzate in ordini.
- Prima iscrizione Olocounseling documentata nel 2016 (n. 14/2016); ultima attestazione prodotta nel 2023 (n. 14/2023), con qualifica Professional Trainer.
- Calendarizzazione e organizzazione degli incontri individuali e di gruppo; gestione di iscrizioni, comunicazioni, conferme, rinvii e materiali destinati agli utenti.
- Programmazione di percorsi su mindfulness, gestione dello stress, consapevolezza corporea e competenze relazionali.
- Gestione organizzativa delle attività mediante calendari, piattaforme per incontri online e strumenti digitali, nel rispetto della riservatezza delle informazioni.
- Coordinamento delle attività associative e formative e monitoraggio delle presenze e della partecipazione.

Professore a contratto – Laboratorio di Educazione e Attività Motorie per l'Età Evolutiva

28/02/2022 – 24/09/2022 — Università della Calabria – Corso di Laurea Magistrale a Ciclo Unico in Scienze della Formazione Primaria, Rende (CS) – contratto di prestazione d'opera intellettuale ex art. 23, comma 2, L. 240/2010 (D.D. n. 12 del 04.02.2022)

- Insegnamento di «Educazione e Attività Motorie per l'Età Evolutiva» (SSD M-EDF/02), 2 CFU, 24 ore di laboratorio, II semestre A.A. 2021/2022, IV anno di corso.
- Programmazione delle attività didattiche, conduzione del laboratorio e gestione della relazione con il gruppo classe.
- Ricevimento studenti e svolgimento degli esami; tenuta del registro delle ore di laboratorio.
- Incarico svolto come libera professionista con partita IVA. Settore: istruzione universitaria e supporto alla didattica

Progettazione, organizzazione e docenza del percorso Leadership Consapevole

26 agosto 2026 — Centro Studi e Formazione FT S.R.L., Via G. Barrio 14, 87100 Cosenza (CS) – P. IVA 03645980784

- Percorsi individuali per imprenditori e organizzazione aziendale.

Docenza nei corsi di formazione per insegnanti CSEN

17 maggio, 24 febbraio e 11 gennaio 2026; 7 luglio e 30 marzo 2025 — Associazione EGIMA Accademia di Alta Formazione, Via Schiavello 18/A, 87012 Castrovillari (CS) – C.F. 94040700786

- Formazione in Discipline Bio Naturali nelle cinque date indicate; moduli di Soft Skills nelle edizioni del 24 febbraio e 11 gennaio 2026, 7 luglio e 30 marzo 2025.

Docenza nel progetto SICUREZZA: UN DIRITTO, UN DOVERE

27 marzo 2026 — FederTerziario Cosenza, Via Gabriele Barrio 10, 87100 Cosenza (CS) – C.F. 98038070789

- Progetto finanziato da Fonditalia – Prot. 202501.05/5714/01SF.001 – ID 48277.

Docenza del corso Life e Soft Skills

22 gennaio 2025 — Centro Studi e Formazione FT S.R.L., Via G. Barrio 14, 87100 Cosenza (CS) – P. IVA 03645980784

- Corso rivolto ad aziende e organizzazioni.

Docenza nel progetto SICUREZZA E REVENUE 1.0

19 dicembre 2024 — FederTerziario Cosenza, Via Gabriele Barrio 10, 87100 Cosenza (CS) – C.F. 98038070789

- Prot. 202401.02/4963/01SF.001 – ID 41557.

Consulenza di welfare aziendale

Dal 18 settembre 2024; attività negli anni 2025 e 2026 — MobyPay Italia S.r.l., Viale Croce Rossa 123, 90146 Palermo (PA) – P. IVA 06713210828

- Interventi in presenza e online, corsi e percorsi personalizzati di benessere organizzativo rivolti a dipendenti, collaboratori, agenti commerciali e a un numero ristretto di clienti.

Docenza nel progetto SICUREZZA E BENESSERE PSICOFISICO DEL LAVORATORE 1.0

27 marzo 2024 — FederTerziario Cosenza, Via Gabriele Barrio 10, 87100 Cosenza (CS) – C.F. 98038070789

- C.S. Fonditalia 202301 05/0442/01 SF 001 – ID 39741 e ID 39744.

Conduzione di classi, gruppi e laboratori di mindfulness e yoga

Dal 2013 a oggi — Associazione Spazio Zen – www.spaziozen.com

- Conduzione di attività formative e pratiche di consapevolezza corporea, mindfulness e yoga; dal 2022 qualifica documentata di Maestro formatore di Ginnastica Yoga CSEN, diploma n. 40824, matricola n. 95526.

Docente di yoga, meditazione, mindfulness, Pilates e discipline corporee

Dal 1996 a oggi — Attività didattica presso associazioni, centri sportivi e Centro Sportivo Universitario UNICAL

- Oltre 2.800 ore di didattica in discipline corporee.
- Conduzione di gruppi e percorsi di consapevolezza corporea, gestione delle emozioni, mindfulness e sviluppo personale.

Collaboratrice d'ufficio nel settore tecnico e organizzativo

1 ottobre 2004 – 2021 — Consorzio Autolinee Srl

- Customer satisfaction, qualità organizzativa e ambientale, formazione delle risorse umane, predisposizione di programmi e rendicontazione annuale per il Dipartimento Trasporti della Regione Calabria.

Collaboratrice nella segreteria organizzativa e risorse umane

Giugno – agosto 2004 — Consorzio Nazionale Servizi, Bologna

- Segreteria organizzativa e supporto alla gestione delle risorse umane.

Collaboratrice d'ufficio

Marzo – maggio 2004 — O.P.T.M.I., Bologna

- Supporto organizzativo HR, archivio, marketing e contatti con i clienti.

Tirocinio nell'ufficio risorse umane

Settembre 2003 – febbraio 2004 — CO.EL.ME. SpA, Santa Maria di Sala (VE)

- Supporto alle attività di selezione e gestione delle risorse umane.

Tutor, formatrice e responsabile delle risorse umane

1997 – 2000 — AIESEC Italia, Comitato locale di Cosenza, Università della Calabria

- Presidente del comitato locale; recruitment, selezione, valutazione e formazione; organizzazione di conferenze e meeting nazionali e internazionali.

Laurea in Lettere e Filosofia a indirizzo socio-antropologico

2001 — Università della Calabria, Facoltà di Lettere e Filosofia – votazione 108/110

- Tesi: Il turismo e le nuove tecnologie della comunicazione.

Laurea Magistrale in Psicologia comportamentale e cognitiva applicata LM-51

2026 — Università degli Studi Giustino Fortunato – votazione 95/110

- Tesi: Personalità e correlati neurali: verso un modello di neuropersonalità per l'inquadramento clinico.
- Approfondimenti: psicologia della personalità, neuroscienze affettive e prospettiva neuropsicosomatica.

Attestato di qualifica professionale Esperti in Human Resources Management – livello post diploma

2002 – 2004 — Regione Calabria – Ente formatore A.N.A.P. Calabria – Attività formativa POR Calabria 2000/2006

- 1.500 ore di formazione più sei mesi di inserimento lavorativo presso CO.EL.ME. S.p.A., Santa Maria di Sala (VE).
- Contenuti: psicologia del lavoro, organizzazione, sistemi informativi aziendali, valutazione e selezione delle risorse umane, formazione in azienda e project work.

Counselor Olistico Professional Trainer in Yoga Olistico

2023 — Olocounseling – ultima attestazione prodotta, iscrizione n. 14/2023 – 6 marzo 2023

Counselor Olistico in Yoga Olistico – Practitioner

2016 — Olocounseling – prima iscrizione attestata n. 14/2016 – 16 febbraio 2016

Attestato di partecipazione Le dimensioni dell'essere

23 novembre 2025 — Percorso esperienziale di crescita personale – facilitatrice: Kapil Nino Pileri

Diploma Nazionale Circuito Eccellenza – Esperto Psicosoma e massaggio

29 agosto 2023 — CSEN, Settore Discipline Olistiche e Bionaturali – Diploma n. 54178

Facilitatrice per Ritiri Zen e Intensivi di Consapevolezza – 150 ore

Novembre 2021 – giugno 2022 — Integral Being Institute, Australia – Villaggio Globale, Bagni di Lucca

Diploma Nazionale CSEN – Maestro formatore Ginnastica Yoga

17 marzo 2022 — Centro Sportivo Educativo Nazionale CSEN – Diploma n. 40824 – matricola registro 95526

- Sport: Ginnastica; disciplina: Attività Sportiva Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness; specialità: Ginnastica Yoga.

Facilitatore in Mindfulness

10 febbraio 2022 — Holistica CEPRAO – Mindfulness Educators – attestato di formazione continua

- Esame finale superato; 50 crediti formativi ECP indicati nell'attestato.

Certificato Yin Yoga Teacher

16 maggio 2020 — My Health Yoga, Australia

Facilitatrice di percorsi di crescita personale – 130 ore

Giugno 2017 – novembre 2018 — Integral Being Institute, Asola (MN)

- Metodologia esperienziale a mediazione corporea, psicosomatica olistica e metodo Inquiry.

Yoga Teacher Senior Level – 1500 ore

Gennaio 2017 – gennaio 2022 — Yoga Alliance, registro internazionale insegnanti yoga

Corso intensivo di formazione Progetto GAIA-KIRONE – 30 ore

2 – 4 luglio 2016 — APS Villaggio Globale, Bagni di Lucca

- Programma di educazione alla salute globale e alla consapevolezza psicofisica.

Corso intensivo di formazione Progetto Benessere Globale – 30 ore

6 – 8 settembre 2013 — APS Villaggio Globale, Bagni di Lucca

- Educazione alla consapevolezza psicosomatica per il benessere del corpo e della mente.

Tirocinio 100 ore e supervisione 100 ore

2012 – 2013 — Accademia Olistica e Villaggio Globale, Bagni di Lucca

- Psicosomatica olistica, crescita personale, comunicazione, meditazione e lavoro corporeo.

Diploma di Operatore e Counselor Olistico per la Salute Globale e la Crescita Umana

- Corso triennale di formazione di 1.200 ore, con specializzazione in Yoga Olistico; diploma accreditato da SICOOL e dalla Scuola Olistica Nazionale CONACREIS.

Attestati di frequenza: formazione in psicosomatica e tecniche di respirazione

25 luglio 2010 e 29 luglio 2011 — Villaggio Globale, Bagni di Lucca – due settimane formative da 80 ore ciascuna

- Attestati di frequenza; non costituiscono abilitazione all'esercizio delle tecniche apprese.

Qualifica conseguita: Attestato di qualifica professionale Coreografo – livello distinto

Regione Calabria e Amministrazione Provinciale di Cosenza – Ente formatore A.R.P.A., Castrolibero

Ulteriori titoli

Tecnico sportivo insegnante Pilates, CSEN CONI, 2016; Diploma di Danza Moderna, 1998; qualifica di istruttrice in discipline musicali del fitness, 1998; Diploma di Ragioneria, 1998.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre: Italiano

Inglese — Ascolto C2, Lettura C2, Interazione orale C2, Produzione orale C2, Produzione scritta C2 (attestato del 1 giugno 2024, n. 1381506).

Competenze comunicative e professionali

- Ascolto empatico, comunicazione efficace e relazione con utenti, gruppi e professionisti.
- Progettazione formativa, conduzione di gruppi, gestione del tempo e coordinamento di attività associative.
- Collaborazione interdisciplinare, problem solving, leadership e gestione delle risorse umane.

Competenze organizzative e gestionali

- Gestione di calendari, pianificazione di incontri individuali e di gruppo, iscrizioni, conferme, rinvii, comunicazioni e follow-up.
- Raccolta, ordinamento, verifica preliminare e inserimento di dati; attenzione alla riservatezza e alla protezione dei dati personali.

Competenze digitali

- Microsoft Office: Word, Excel e PowerPoint per documentazione, organizzazione dei dati, report e presentazioni.
- Google Workspace, Zoom e strumenti di videoconferenza per attività formative e colloqui online.
- Delera CRM per la gestione organizzativa delle relazioni con gli utenti e delle attività.
- Canva, WordPress ed Elementor per materiali formativi, comunicazione e gestione dei contenuti.

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni

- Blasco, Mirjam Madhu (2022). Tecniche corporee Bodyfulness Bodhi Madhu: sviluppo dell'attenzione, della crescita umana e dell'armonia psicofisica. ISBN 9798847248204.
- Blasco, Mirjam. I Quaderni di Mirjam Blasco, collana digitale composta da nove quaderni dedicati a Inquiry, Enneagramma, tecniche di respirazione, cinque elementi e pose yoga in piedi.

Esperienza di ricerca e gestione dei dati

- 2025 – 2026, Università degli Studi Giustino Fortunato: ricerca bibliografica e tesi in Psicologia e Neuroscienze; selezione, classificazione e sintesi della letteratura scientifica, organizzazione sistematica di fonti e contenuti.
- 2025, Accademia Olistica e Villaggio Globale, Bagni di Lucca: attività di ricerca durante il tirocinio formativo; raccolta, verifica preliminare, organizzazione e inserimento dei dati ottenuti mediante questionari, nel rispetto della riservatezza.

Attestati e verifiche online: <https://spaziozen.com/chi-sono/> (sezione «I miei attestati»). Albo degli Psicologi:

<https://www.ordinepsicologicalabria.it/albo-online/mirjam-blasco/>. Albo tecnici CSEN: <https://www.csen.it/albo-istruttori/albo-tecnici.html> (ricerca per nome e cognome o matricola n. 95526).

DICHIARAZIONI

La sottoscritta dichiara, ai sensi degli articoli 46 e 47 del D.P.R. 28 dicembre 2000, n. 445, che le informazioni riportate nel presente curriculum sono veritiere ed è consapevole delle sanzioni penali previste dall'articolo 76 del medesimo decreto in caso di

dichiarazioni mendaci. Autorizza il trattamento dei dati personali ai sensi del Regolamento UE 2016/679 e del D.lgs. 30 giugno 2003, n. 196, come modificato dal D.lgs. 10 agosto 2018, n. 101, per finalità di selezione e ricerca del personale.

Castrolibero, 16 settembre 2026

A handwritten signature in black ink, reading "Filippo Blasco". The signature is written in a cursive style, with the first name "Filippo" and the surname "Blasco" clearly legible.