

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome **DORIA STEFANIA**  
Indirizzo  
Telefono  
Fax  
E-mail  
Nazionalità  
Data di nascita

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

- **Date 2005-2020** 2008-2010 corsi di formazione ai manager nella gestione dello stress con tecniche cognitive comportamentali affiancate alla medicina orientale al M.I.P.; Strutturata in Azienda Ospedaliera Fatebenefratelli di Milano dal 2000 come dirigente medico I livello. Per la formazione personale da sempre si occupa di emergenze urgenze psichiatriche; nel 2005 coordinatrice di corsi di aggiornamento agli infermieri del PS su tecniche di gestione del Pz. violento; corsi all'interno del carcere di S. Vittore ai medici sulla gestione del Pz. con disturbo di personalità nel 2005. Formazione psicodinamica nella clinica "Le Betulle" con la supervisione del Dott. Ravera. Nel 2012 Corsi di yoga meditazione e mantra per lo Stress lavoro correlato in Azienda attivi per tutto il 2014; è responsabile dello Sportello Stress Lavoro Correlato in A.O Fatebenefratelli-Milano. Master In Coach Aziendale e Individuale. Dal 2014 collabora all'interno del Fatebenefratelli con lo Studio KSECONSULT per lo Stress Lavoro correlato tenendo le lezioni di fisiopatologia e gestione dello Stress. Da Febbraio 2019 Responsabile sanitario del Centro di Medicina olistica Integrata "Studio Medico Quantico" di Milano via della Moscova 44/1. A Dicembre 2020 pubblicazione del libro "Vivere senza Ansia" redatto da casa editrice Tecniche Nuove.

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

Azienda ospedaliera Fatebenefratelli-Milano Corso di Porta Nuova 23-20121-Milano.  
Docenza alla scuola di Bioenergetica negli aa 2011-2012 e nel 2014-2015.  
Nel 2016 vince un premio all'Università del Massachusetts presso Kripalu Center, Stockbridge, per innovazione nel campo Yoga research. In attesa dell'esame di Dottorato.

• Tipo di azienda o settore

• Tipo di impiego

• Principali mansioni e responsabilità

Dirigente medico I livello

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- **Date (2014– 1990)** 2014 master in Corporate and business coaching (Accreditation); 2013 gruppo di lavoro Stress lavoro correlato (membro esperto); diploma di Insegnante di Yoga Meditazione e Mantra nel 2012; 2011 diploma in Agopuntura scuola SOWEN Milano; 1995 Diploma di specialità in psichiatria Università Milano; 1992 diploma di Scuola Superiore di Omeopatia SMB-Italia; 1990 laurea in Medicina e Chirurgia, Università Milano; 2000 fine di un percorso psicoanalitico individuale con il Dott. Lai membro della Società psicoanalitica svizzera.
- **Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione** Insegnante di Yoga e Meditazione (riconoscimento C.O.N.I., Yoga alliance) presso Ashram Ananda (Milano, V. Prandina 4)
- **Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio** Comunicazione in situazioni difficili; Yoga-Meditazione-Mantra.  
Docenza di Clinica Psichiatrica presso SIAB – Milano  
Docenza in Università Bicocca nel dipartimento di psicologia e Neuroscienze nel corso del Prof. Angelo Maravita.  
Responsabile sanitario del Centro di Medicina olistica Integrata Studio Medico Quantico.

## CAPACITÀ E COMPETENZE

### PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali

### MADRELINGUA

Italiana

### ALTRE LINGUA

Inglese

- **Capacità di lettura**
- **Capacità di scrittura**
- **Capacità di espressione orale**

Buono

Buono

Buono

### CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

*Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.*

Buone capacità relazionali e di lavoro in equipe acquisite con formazione individuale psicoanalitica; pratica vari sport arrampicata, scialpinismo e yoga.

### CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

*Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.*

Coordinamento gruppo di studio osservazionale "Progetto SKY (Sudarshan Kryia Yoga)" per la cura dell'ansia e depressione e panico con tecniche yogiche in azienda Ospedaliera Fatebenefratelli; Coordinamento sportello in A.O Fatebenefratelli Stress LC; Coordinamento attività Stress lavoro correlato in A.O Fatebenefratelli Corsi di modalità di relazione e comunicazione al Triage del Pronto Soccorso dell'A.O. Fatebenefratelli; corso di comunicazione e modalità relazionali all'ente di volontariato VOZZA;

### CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

*Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.*

Buone capacità nell'utilizzo di PC e programmi software

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
ARTISTICHE**

*Musica, scrittura, disegno ecc.*

Capacità artistiche con anni di studio di Danza Classica e Jazz nelle scuole milanesi

**ALTRE CAPACITÀ  
E COMPETENZE**

*Competenze non precedentemente indicate.*

Tecniche di problem-solving, negoziazione e coaching

**ULTERIORI INFORMAZIONI**

Per referenze: Dott.ssa Enrico, Direzione Medica dell 'A.O.FBF; DR. Marino. Primario Med. Urg. A.O FBF; Flaminia Fazi, Presidente ed Executive Coach di U2COACH;....

**ALLEGATI**

Pubblicazione sul JAD il 24/06/2015: "anti-anxiety efficacy of Sudarshan Kriya Yoga in general anxiety disorder: a multicomponent, yoga based, breath intervention program for patients suffering from generalized anxiety disorder with or without comorbidities"

**DATI PERSONALI**

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto legislativo 30 Giugno 2003 n.196 "codice in materia di protezione dei dati personali"

26/07/21  
Stefania Doria