

Dott. Flavia Donadoni



Sono psicologa e psicoterapeuta, mi occupo di adolescenti, adulti, coppie, famiglie e gruppi.

Mi sono laureata in Psicologia presso l'Università La Sapienza di Roma nel 1998 e mi sono specializzata nel 2006 in Psicoterapia Relazionale e Familiare presso l'IPR – sede di Napoli dell'Accademia di Psicoterapia della Famiglia.

Fin dagli anni universitari mi sono interessata al rapporto tra mente, corpo, emozioni e spiritualità. Questo interesse mi ha portata a intraprendere un lungo percorso personale e formativo attraverso l'analisi bioenergetica di Lowen, il Rio Abierto, il movimento creativo ed espressivo e numerosi laboratori di crescita personale. Ho approfondito la comicità con l'associazione Ridere per Vivere, le tecniche psicocorporee e di arte-terapia con il prof. Vezio Ruggeri presso La Sapienza di Roma, e la Psico-Oncologia presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia "Agostino Gemelli" dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.

Sono insegnante di Mindfulness e Mindful Eating e ho sviluppato un approccio integrato al trattamento dei disturbi del comportamento alimentare. Conduco a Trieste e online, insieme alla dott. Pisanec, medico olistico, un laboratorio di consapevolezza nutrizionale, "Nutrimento, benessere e libertà".

Negli ultimi anni ho approfondito il lavoro sui traumi attraverso il Respiro Consapevole (Rebirthing/Breathwork) nel 2022 e l'ipnosi regressiva con Andrea Napolitano nel 2023. Dal 2025 sono costellatrice familiare.

Parallelamente, mi sono appassionata allo studio dei simboli, dei tarocchi e del loro utilizzo in ambito psicologico. Nel 2024 mi sono formata in Tarotdramma® con Valeria Bianchi Mian e ho approfondito l'"Arte della decodifica del sogno" e il laboratorio biografico con Lucia Lorenzi.

Conduco laboratori creativi ed espressivi, in presenza e online, tra cui Ritorno a casa, Mindfulness e tarocchi e Le dee in the daily life, ispirato al lavoro di Jean Shinoda Bolen.

Offro inoltre consulenze per studenti con difficoltà scolastiche, DSA e ADHD.

Nel 2018 ho conseguito il Master Universitario annuale in Metodologie didattiche per l'insegnamento curriculare e l'integrazione degli alunni con Bisogni Educativi Speciali (BES) presso l'Università Telematica Giustino Fortunato. Dal 2017 ho lavorato per vari anni nel contesto scolastico come docente di psicologia nelle scuole superiori e come psicologa all'interno di progetti di ascolto e supporto per gli studenti.

Svolgo la mia attività di psicoterapeuta sia in presenza a Trieste che online.