

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome
Indirizzo
Telefono
E-mail
Nazionalità
Data di nascita

TRINGALI FEDERICA PAOLA

Italiana

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

SETTEMBRE '18 – oggi

D.ssa Annalisa Corbo

Studio Psi.Co – Via S.Martino 22, Cornaredo (MI)

Psicologa – Operatore di Training Autogeno

CONSULENZA E SUPPORTO PSICOLOGICO, VALUTAZIONE E RIABILITAZIONE COGNITIVA, CORSI DI GRUPPO/INDIVIDUALI DI TRAINING AUTOGENO E ALTRE TECNICHE DI RILASSAMENTO, GRUPPI DI AUTO-AIUTO.

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

2011 – oggi

Associazione Assomensana

Settimana di Prevenzione dell'Invecchiamento Mentale

CHECK-UP E VALUTAZIONE TESTISTICA SULLO STATO DI SALUTE DELLE PRINCIPALI FUNZIONI COGNITIVE.

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

SETTEMBRE '11 – oggi

Progetto-Salute

Centro Discipline Bio-Naturali – Via Monterosa 2, Bareggio (MI)

Psicologa - Operatore di Training Autogeno

CORSI DI GRUPPO/INDIVIDUALI DI TRAINING AUTOGENO E ALTRE TECNICHE DI RILASSAMENTO, CORSI DI TRAINING COGNITIVO, DOCENZA IN CORSI DI FORMAZIONE PER OPERATORE OLISTICO

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro

MARZO '08 – oggi

Cooperativa Sociale Anziani 93

- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

RSA Villa Arcadia – Via Cadorna 18, Bareggio (MI)

Psicologa

SUPPORTO PSICOLOGICO, CONDUZIONE DI GRUPPI ABC PER FAMILIARI, STIMOLAZIONE COGNITIVA E TERAPIA OCCUPAZIONALE, RESPONSABILE PROGETTO DOLL THERAPY, DOCENZA IN CORSI DI FORMAZIONE/AGGIORNAMENTO PER OPERATORI SANITARI, GESTIONE E STESURA PAI, TUTORING A STUDENTI ISTITUTI SUPERIORI/UNIVERSITA'.

- Date (da – a)

OTTOBRE '07 – FEBBRAIO '08

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

Kyklos Cooperativa Sociale – Via Veniero 40, Milano

- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego

Settore minori e disabili

Educatrice comunale

- Principali mansioni e responsabilità

Attività di prescuola ed interventi domiciliari

- Date (da – a)

OTTOBRE '06 – OTTOBRE '07

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

A.N.C.I. Lombardia (Associazione Nazionale Comuni Italiani della Lombardia)

- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego

Comune di Cornaredo (MI), Area Servizi Sociali presso il centro anziani "Melograno"

Servizio Civile Volontario

- Principali mansioni e responsabilità

Socializzazione nei confronti di anziani e disabili, al domicilio o presso "Il Melograno"; accompagnamento a favore di anziani e disabili per visite, terapie, disbrigo pratiche; supporto educativo e didattico a disabili e minori.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a)

MARZO '22 – oggi

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Corso di formazione per Formatori Capacitanti

- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Associazione Gruppo Anchise - Responsabile didattico: Dott. P. Vigorelli

Apprendimento delle competenze per la conduzione di gruppi di formazione su e con l'approccio Capacitante

Qualifica conseguita

Formatore Capacitante

- Date (da – a)

MARZO '19

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Corso di formazione per Operatore Capacitante 1° livello

- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Associazione Gruppo Anchise - Responsabile didattico: Dott. P. Vigorelli

Formazione di operatori capacitanti nel riconoscimento delle competenze elementari dell'interlocutore al fine di creare un ambiente capacitante nelle RSA.

- Qualifica conseguita

Operatore Capacitante 1° livello

- Date (da – a)

NOVEMBRE '12 – MAGGIO '13

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

APL – Associazione Psicologi Lombardia

- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Conoscenza teorica e pratica delle principali tecniche di rilassamento: Training Autogeno, Rilassamento Muscolare Progressivo, Mindfulness, Biofeedback, tecniche ipnotiche, Imagery.

- Qualifica conseguita

Attestato di frequentazione

Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

Master in Tecniche del Rilassamento

- Date (da – a)

GENNAIO '10 – GIUGNO '11

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Corso di formazione per Conduttori di Gruppi di Auto-Aiuto per familiari di malati Alzheimer (Gruppi ABC)

Associazione Gruppo Anchise - Responsabile didattico: Dott. P. Vigorelli

- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Formazione di conduttori di Gruppi ABC, gruppi di autoaiuto che si propongono di aiutare i familiari di malati Alzheimer ad uscire dal tunnel dell'impotenza e a diventare curanti esperti nell'uso della parola.

- Qualifica conseguita

Conduttore di gruppi di auto aiuto per familiari di malati Alzheimer

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione
 - o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione
 - o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione
 - o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione
 - o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione
 - o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione
 - o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

2010

Corso di Training Autogeno per Psicologi
Associazione Terapie Naturali - Docente: Dott.ssa Paola Federici
I 6 esercizi somatici di Schultz (Livello base)

Operatore di Training Autogeno

APRILE '07 – MARZO '08

Unità Operativa di Neurologia Riabilitativa, Fondazione Don Gnocchi - Centro I.R.C.C.S. S.Maria Nascente di Milano

Valutazione di pazienti con lesioni cerebrali focali o patologie degenerative; somministrazione di test psicometrici; riabilitazione neuropsicologica di deficit focali ed attività di stimolazione cognitiva in pazienti con deterioramento cognitivo; partecipazione ad attività di ricerca neuropsicologica e a protocolli di ricerca.

Tirocinante volontaria

OTTOBRE '06 – OTTOBRE '07

Istituto Clinico Beato Matteo di Vigevano (PV)SINP
(Società Italiana Neuropsicologia)

Principi della neuropsicologia in ambito sia clinico-riabilitativo sia applicativo e di ricerca, principi base di metodologia clinica e di statistica per progettare, organizzare e realizzare protocolli di ricerca in ambito clinico e sperimentale.

Attestato di frequentazione.

Master in Neuropsicologia. Aspetti clinici, sperimentali e riabilitativi

SETTEMBRE '05 – MARZO '06

Laboratorio di Neuropsicologia, Dipartimento di Neuroscienze, Ospedale Niguarda Cà Granda – Milano

Diagnosi dei disturbi delle principali funzioni cognitive (memoria, attenzione, linguaggio, etc.) in pazienti affetti da demenza, epilessia o vittime di traumi cranici.

Riabilitazione di adulti e bambini con deficit conseguenti a lesioni o traumi a livello cerebrale.

Tirocinante post-lauream

MARZO '05 – SETTEMBRE '05

Centro di Psicologia Clinica ed Educativa (COSPES) – Milano

Consultazione a genitori ed insegnanti per chiarire specifiche problematiche psico-educative; diagnosi relative alle problematiche dell'età evolutiva e dell'orientamento scolastico e professionale; terapia per bambini e ragazzi che presentano insuccesso scolastico e difficoltà di apprendimento; formazione ad insegnanti, genitori ed operatori dell'età evolutiva.

Partecipazione a varie attività di carattere formativo svolte dal Centro, in particolare ai convegni destinati ad insegnanti ed educatori scolastici.

Tirocinante post-lauream

FEBBRAIO '05

Università degli Studi di Pavia, Facoltà di Filosofia, Corso di Laurea in Psicologia (V.O.)

Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione

Dottore in Psicologia

Laurea in Psicologia

Esame di Stato per l'esercizio della professione di Psicologo (I sessione giugno '06) presso l'Università degli Studi di Pavia.

Iscrizione all'Albo degli Psicologi della Lombardia n. 03/11376 in data 31/01/08.

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

MADRELINGUA

ALTRE LINGUE

**ITALIANO
INGLESE**

Buono

Buono

Buono

• Capacità di lettura

• Capacità di scrittura

• Capacità di espressione orale

**CAPACITÀ E COMPETENZE
RELAZIONALI**

Ottime capacità di socializzazione nei confronti delle fasce più deboli della popolazione (anziani, disabili, minori...), acquisite nel corso delle varie attività di formazione e in ambito lavorativo. Buone capacità di lavorare in autonomia o in equipe e di scandire ed organizzare i tempi di lavoro per ottenere il miglior rendimento e nel rispetto delle scadenze.

**CAPACITÀ E COMPETENZE
ORGANIZZATIVE**

CAPACITÀ DI ORGANIZZAZIONE DI PIANI RIABILITATIVI PER PAZIENTI CON DEFICIT COGNITIVI, ACQUISITA DURANTE L'ESPERIENZA DI TIROCINIO PRESSO LA FONDAZIONE DON GNOCCHI DI MILANO.

Buone capacità di gestione e coordinamento di gruppi, in quanto mansione di soccorritore-capo equipaggio, ex responsabile di squadra ed ex membro del Consiglio Direttivo in qualità di Responsabile Corsi e Formazione presso l'Associazione Volontaria Croce Verde Nord-Ovest di Cornaredo (MI) (anno 2004-2019), successivamente soccorritore-capo equipaggio presso l'Associazione Croce Bianca Sez. Sedriano (MI) (anno 2019-2020).

**CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE**

Buona conoscenza ed uso di Windows e dei suoi principali pacchetti applicativi. Utilizzo quotidiano di Internet Explorer e di Outlook Express.

SOMMINISTRAZIONE DEI PRINCIPALI TEST PER LA DIAGNOSI NEUROPSICOLOGICA (MMSE, MATRICI DI RAVEN, TEST DI CORSI, WEIGL, TOKEN TEST, TEST DI MEMORIA...) E DELLE BATTERIE ENB E MODA, SCORING E REFERTAZIONE.

SOMMINISTRAZIONE DELLE PRINCIPALI SCALE PER LA VALUTAZIONE DELLA DEPRESSIONE (Cornell Depression Scale, Geriatric Depression Scale, Beck Depression Inventory).

SOMMINISTRAZIONE DELLA SCALA Caregiver Burden Inventory PER LA VALUTAZIONE DEL CARICO ASSISTENZIALE DEI CAREGIVER DI PAZIENTI AFFETTI DA DEMENZA. UTILIZZO DEL SOFTWARE COGPACK PER LA RIABILITAZIONE COGNITIVA.

PATENTE O PATENTI

Patente B – Automunita

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali ai sensi della Legge 196/2003

Tringali Federica