

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

CATHIA ALDEGHI - Psicologa e Psicoterapeuta. In ambito Clinico, Sportivo, Scolastico ed esperta in Tecniche di Rilassamento e Orientamento scolastico e professionale

(N° Iscriz. Albo Lombardia: 03/9632) – P.iva 03027830136

Indirizzo

Telefono

E-mail

Sito Web

Skype

Data di nascita

ESPERIENZA LAVORATIVA

Date (da – a)

2021-2022

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Comune di Suello (LC): attività di orientamento scolastico per alunni delle classi terze residenti nel comune di Suello.

Date (da – a)

2021-2022

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Scuola secondaria di primo grado “Istituto Comprensivo Statale Karol Wojtyla ” di BOSISIO PARINI (LC): attività di orientamento scolastico per classi terze.

Date (da – a)

2020-2021

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Scuola secondaria di primo grado “Istituto Comprensivo Statale Puecher” di ERBA (CO): attività di orientamento scolastico per classi terze

Date (da – a)

2018-2019 - 2019-20 – 2020-21

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Scuola secondaria di primo grado “Istituto Comprensivo Statale Galbiate” (LC): attività di orientamento scolastico per classi terze.

Date (da – a)

DAL 2017 AD OGGI

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Scuola secondaria di primo grado di Olginate (LC): Istituto Comprensivo Statale “G. Carducci”. Sportello di ascolto per ragazzi, genitori e docenti + corsi di affettività e sessualità e altra formazione ai gruppi classe.

Date (da – a)

DAL 2015 AL 2018

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Scuole secondaria di primo grado di San Donato Milanese: Istituto De Gasperi e Galilei. Sportello di ascolto per ragazzi, genitori e docenti.

Date (da – a)

2015 - 2017

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Collaborazione con l'associazione FULL DEFENSE (specializzati in krav maga) di Oggiono sugli aspetti psicologici nella difesa personale per uomini e donne (per adulti e adolescenti).

Date (da – a)

2013-2020

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Corso di educazione alla sessualità/affettività presso scuole secondarie di primo grado della Toscana in collaborazione con la Regione Toscana.

Date (da – a)

2011-2013

• Nome e indirizzo datore di lavoro

Co-docenza con il Centro Studi Panta Rei di Casnate (CO) nel master In Psicodiagnostica clinica per psicologi.

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

2013 ad OGGI
Consulenze di psicologia sportiva a società e atleti individuali.

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

2013-2014
Interventi di preparazione mentale sportiva c/o società Cimiano calcio di Milano in collaborazione con ASP di Milano.

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

2013
Interventi di preparazione mentale sportiva c/o società Pro Patria nuoto di Varese in collaborazione con ASP di Milano.

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

Anno 2010-2011
Scuola secondaria di primo grado di Oggiono (LC)
- Intervento di assessment (potenzialità e autostima) per i ragazzi di 1° media: somministrazione test psicologici, stesura profilo, restituzione dei risultati agli insegnanti e al gruppo classe.
- Intervento di educazione alla sessualità-affettività per le classi 1°, 2° e 3°.

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

Da Gennaio 2010 ad OGGI
Consulenze presso Poliambulatorio ART-MEDICA di Oggiono (LC) via 1° Maggio,42.
Consulenza Clinica.

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

Dal 2009 - 2010
LILT (lega italiana lotta contro i tumori) di Como
Percorsi di disassuefazione da fumo (di gruppo ed individuali) presso la sezione di Gravedona

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

Maggio 2007- Maggio 2008
C.f.p Fondazione Clerici di Lecco
Docenza nel corso O.S.S. (operatore socio sanitario).

- Date (da – a)
 - Tipo di impiego

Dal 2007 ad OGGI
Collaborazione di DOCENZA con il Centro Studi Panta Rei di Casnate (CO) nel master In Tecniche di Rilassamento (Training Autogeno, biofeedback, jacobson) per psicologi e psicoterapeuti: docenza e supervisione.

- Date (da – a)
 - Tipo di impiego

Dal 2006 ad OGGI
PSICOLOGO LIBERO PROFESSIONISTA: Consulenze di Training Autogeno e di Jacobson e (di gruppo ed individuali), Biofeedback, Psicoterapia, Counselling Psicologico in ambito clinico, sportivo, scolastico, supporto alla genitorialità, Orientamento scolastico-professionale.

- Date (da – a)
 - Tipo di impiego

Dal 2006 ad OGGI
Socio fondatore dell'associazione P.A.R.V.U.S. – C.so XXV Aprile 167 – 22036 ERBA CO (presidente emerito Dott. Ezio Aceti); www.associazioneparvus.it

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

Giugno 2006 – 2007 - 2008
C.f.p Fondazione Clerici di Lecco
Orientamento per disoccupati adulti – progetto “multimisura” della provincia di Lecco: colloqui di orientamento professionale, ricerca attiva del lavoro, tutoraggio stage, bilanci di competenze.

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

Maggio 2006 – Settembre 2006
C.f.p. E.C.Fo.P – via Manara, Monza
Docenza nel corso “assistente all’anziano”: materie psicologiche.

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

Dal 2005 AL 2014
Scuola secondaria di primo grado di Costa Masnaga (LC)
Sportello di ascolto psicologico individuale per ragazzi, insegnanti, genitori; corsi di

educazione alla sessualità-affettività; orientamento; incontri formativi per genitori e insegnanti.

- Date (da – a) Dal 2005 al 2015
 - Nome e indirizzo datore di lavoro Scuola secondaria di primo grado di Oggiono (LC)
Intervento di orientamento scolastico per i ragazzi di 3° media: Somministrazione test di orientamento, stesura profilo e colloqui individuali di counselling con ragazzi e genitori.

- Date (da – a) Anno 2004/2005 + 2005/2006 + 2006/2007
 - Nome e indirizzo datore di lavoro C.f.p. Fondazione Clerici – Lecco
Docenza nel corso per A.S.A. (ausiliari socio-assistenziali): materie psicologiche.

- Date (da – a) Anno 2004/2005
 - Tipo di impiego Ri-orientamento: Docenza in un percorso di ri-orientamento per ragazzi di 1° superiore presso istituto magistrale “G.Bertacchi”.

- Date (da – a) Anno scolastico 2004/2005 + 2005/2006
 - Nome e indirizzo datore di lavoro C.f.p. Fondazione Clerici – Lecco
Docenza nel corso di specializzazione per estetiste: modulo di acquisizione di_“competenze comunicative e relazionali”.

- Date (da – a) Ottobre - Dicembre 2004
 - Nome e indirizzo datore di lavoro C.f.p. E.C.Fo.P – via Manara, Monza
Bilancio di Competenze di gruppo ad adulti disoccupati

- Date (da – a) Settembre 2004 – Giugno 2005
 - Nome e indirizzo datore di lavoro C.f.p. Fondazione Clerici – Lecco
Docenza nei moduli di orientamento e capacità personali.

- Date (da – a) 2004 - 2005
 - Nome e indirizzo datore di lavoro Ospedale Sacco – via Stromboli, Milano - A.L.A. (agenzia Lavoro Apprendimento)
Somministrazione test di orientamento professionale a soggetti adulti malati psichiatrici (attività inserita in un progetto di ricerca con Università Cattolica di Milano: referente Dott. A.Crescentini- ricerca finalizzata alla valutazione del servizio)

- Date (da – a) Luglio 2004 + Luglio 2005
 - Nome e indirizzo datore di lavoro Università Cattolica del Sacro Cuore – Milano
Colloqui di orientamento nelle giornate di open day: Accoglienza e supporto orientativo alla scelta

- Date (da – a) Giugno - Agosto 2004
 - Nome e indirizzo datore di lavoro C.f.p. Fondazione Clerici – Lecco
Accompagnamento al lavoro – tutoraggio stage: Gestione percorsi di accompagnamento al lavoro individuale (D1), e tutoraggio stage (D4) – progetto “multimisura” della provincia di Lecco

- Date (da – a) Maggio – giugno 2004
 - Nome e indirizzo datore di lavoro C.f.p. E.C.Fo.P – via Manara, Monza
Bilancio Attitudinale di gruppo con ragazzi della scuola superiore

- Date (da – a) Aprile – Agosto 2004
 - Nome e indirizzo datore di lavoro Provincia di Lecco – (Assessorato Istruzione, Formazione e Lavoro)
Tirocinio master processi di orientamento (tot. ore: 220)
Partecipazione a tutte le fasi del processo di orientamento scolastico e professionale con metodologia individuale e di gruppo: colloqui di accoglienza, bilancio attitudinale, bilancio di competenze, colloqui orientativi, accompagnamento alla ricerca del lavoro.

- Date (da – a) Marzo- Aprile 2004

- Nome e indirizzo datore di lavoro Agenzia Formazione Lavoro - Milano
Formazione finanziata F.S.E. ad adulti.
- Date (da – a) 2003-2004
- Nome e indirizzo datore di lavoro Università Cattolica del Sacro Cuore - Milano
- Tipo di azienda o settore C.R.O.S.S. Centro di ricerca di orientamento scolastico e professionale
Tirocinio post-laurea di psicologia (durata: 1 anno)
Partecipazione a tutte le fasi del processo di orientamento scolastico con metodologia individuale e di gruppo, sia nelle scuole che presso la sede del centro: accoglienza utente e relativo colloquio, somministrazione test, stesura e lettura del profilo, colloquio di restituzione, standardizzazione di nuovi test (analisi statistiche e utilizzo SPSS), approfondimenti teorici, studio e applicazione di test cognitivi, di interessi, di personalità, di metodo di studio e motivazione, proiettivi (Wartegg).
- Date (da – a) 1991-2003
- Nome e indirizzo datore di lavoro Record S.p.A.
Azienda Settore metalmeccanico.
Impiegata ufficio acquisti e co-gestione sicurezza in azienda D.lgs 626/94.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- (da – a) 2022 (durata 1 anno)
- Nome e tipo di istituto di istruzione Master in tecniche di rilassamento e mindfulness (livello avanzato) c/o Centro studi Panta Rei
- (da – a) DAL 2018 - 2021
- Nome e tipo di istituto di istruzione Specializzazione in Psicoterapia cognitivo-comportamentale costruttivista c/o Centro Terapia Cognitiva di Como
Attività di tirocinio: 1° anno c/o la cooperativa “Il volo – Villa Ratti” di Monticello (LC) per pazienti adulti con disturbi di personalità borderline.
2° anno c/o Clinica Zucchi di Carate Brianza (MB) nel reparto di riabilitazione psichiatrica.
3° anno c/o Clinica Villa San Benedetto di Albese con Cassano (CO) nel reparto di riabilitazione psichiatrica.
4° anno c/o Associazione La Nostra Famiglia di Bosisio Parini (LC) nel reparto di Psicopatologia dello sviluppo (Disturbi spettro Autistico)
- Date (da – a) 26 Ottobre 2016 e 12 Novembre 2016 (8 ore)
- Nome e tipo di istituto di istruzione Corso di Ipnosi e Auto-Ipnosi con prof. Marco Mozzoni a Milano.
- Date (da – a) Febbraio 2013 – Novembre 2013
- Nome e tipo di istituto di istruzione Master in Psicologia dello Sport c/o ASP (Associazione Italiana Psicologi) via Soperga 41 Milano.
- Date (da – a) Giugno 2012
- Nome e tipo di istituto di istruzione “Corso di psicofarmacologia per psicologi e psicoterapeuti” c/o Centro Studi Panta Rei (durata: 11 ore)
- Date (da – a) Settembre / Ottobre 2012 (4 giornate)
- Nome e tipo di istituto di istruzione Corso formativo: “Il sostegno al paziente oncologico e ai familiari” c/o Attive Come Prima Onlus di Milano
- Date (da – a) Novembre 2008
- Nome e tipo di istituto di istruzione Formazione nella gestione di percorsi di disassuefazione da fumo (di gruppo ed individuali) c/o la LILT (lega italiana lotta contro i tumori) di Como
- (durata 1 anno) 2006
- Date (da – a) Master in tecniche di rilassamento (Training Autogeno, Rilassamento Muscolare Progressivo di Jacobson, e Biofeedback) presso Centro Studi Panta Rei di Casnate CO –

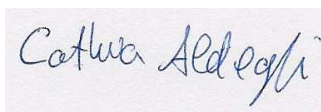
- formazione sede del corso: Milano.
- Date (da – a) 2006 – 2008 (durata 2 anni)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Master in counselling clinico (cognitivo-comportamentale con approccio integrato) presso Centro Studi Panta Rei di Casnate CO – sede del corso: Milano.
 - Date (da – a) Marzo 2005
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Abilitazione all'esercizio della professione di psicologo. Sostentimento esame di stato presso l'università Cattolica di Milano. (Iscrizione all'albo 17.02.2006: nr. 03/9632).
 - Date (da – a) Ottobre 2003-Ottobre 2004 (durata 1 anno)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Master Universitario di I livello in "Processi di Orientamento e di sviluppo del piano di carriera" presso Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
 - Comunicazione, tecniche di gestione dei gruppi, bilancio di competenze, normative scolastiche e del mondo del lavoro, progettazione di interventi orientativi, il colloquio, i test, nozioni psicometriche e statistiche, orientamento scolastico, professionale (disoccupati di lunga durata, immigrati, donne, differenti abilità).
 - Date (da – a) 1998-2003
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Laurea in Psicologia presso Università Bicocca di Milano (votazione: 105/110; vecchio ordinamento). Titolo tesi: "La valutazione del potenziale: riflessioni teoriche e metodologiche, e costruzione di uno strumento di misura (in-basket)" (relatore: prof.ssa Elena Zucchi).
 - Qualifica conseguita Laurea quinquennale in psicologia
 - Date (da – a) Marzo – Settembre 2003
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Esperienza formativa e pratica presso il CROSS (centro di ricerca orientamento scolastico e professionale) dell'Università Cattolica del Sacro Cuore - via Nirone 15, Milano
 - Esperienza formativa (teorica e pratica) nel settore psicologia dell'orientamento scolastico: consulenze individuali e di gruppo.
 - Date (da – a) 2003
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Seminario formativo "Valutare e sviluppare il potenziale proprio e altrui con approccio empowerment" presso Risfor srl di M. Bruscazioni - Milano (durata: 2 giorni)
 - Come valutare il proprio e l'altrui potenziale, concetto di empowerment e di potenziale, innescare e provocare un potenziamento e un salto di qualità nei soggetti, sviluppo della capacità osservativa e valutativa, assertività.
 - Date (da – a) 2003
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Seminario formativo "Il colloquio in azienda orientato allo sviluppo della persona con approccio empowerment" presso Risfor srl di M. Bruscazioni - Milano (durata: 3 giorni)
 - Tecniche del counseling aziendale con approccio empowerment, come rendere incisivo un colloquio, aumentare il senso di auto efficacia, il concetto di desiderio e di bisogno.
 - Date (da – a) 1987-1991
 - Nome e tipo di istituto di istruzione Diploma di Ragioniera presso I.T.C. "V. Bachelet" di Oggiono LC (votazione: 58/60)

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI
LINGUE

FRANCESE: LIVELLO BUONO
INGLESE: pre-intermedio.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 GDPR 679/16.

Data: 28.09.2022



Firma: Cathia Aldeghi