

Eleonora Trinchera

ESPERIENZE LAVORATIVE

Psicologa

UNOBRAVO s.r.l. Società Benefit [10/2022 - Attuale]

Impresa o settore: *Psicologia*

Unobravo è un'innovativa startup di psicologia online che si propone come un punto di riferimento affidabile, competente ed empatico nella vita delle persone, per aiutarle nel raggiungimento del loro benessere psicologico e supportarle nella crescita personale.

Esperta in Orientamento Formativo e Professionale - Psicologa

Informagiovani [11/2020 - Attuale]

Città: *Cremona*

Paese: *Italia*

Impresa o settore: *Pubblica Amministrazione*

- Attività di consulenza per l'orientamento formativo rivolto a studenti e alle loro famiglie anche attraverso incontri di gruppo in collaborazione con le scuole di appartenenza

- Colloqui di orientamento e ri orientamento scolastico, colloqui motivazionali

- Progettazione di percorsi di conoscenza, riconoscimento e sperimentazione delle competenze trasversali e life skills necessarie al contesto di vita scolastico/lavorativo e fondamentali per la maturazione di scelte valoriali personali

- Attività di orientamento e ricerca attiva del lavoro

- Gestione dell'accoglienza e dello screening dell'utenza, informazione e colloquio individuale, supporto alla corretta conoscenza delle opportunità in relazione alle politiche per l'occupazione

Psicologa - Tecnico della meditazione sportiva

A.S.D Interflumina [08/2020 - Attuale]

Città: *Casalmaggiore*

Paese: *Italia*

Impresa o settore: *Sport*

Spazio di ascolto per atleti e per i famigliari degli atleti

Tematiche relative alla psicologia dello sport e all'adolescenza con relativo supporto alla genitorialità

Meditazione e percorsi di mindfulness

Operatore Esperto Area Formazione

Cooperativa Sociale Il Cerchio [06/2022 - 09/2023]

Città: Cremona, CR

Paese: Italia

Impresa o settore: Servizi

Operatore Esperto Area Formazione con il compito di:

- Offrire servizi consulenziali di coaching agli operatori degli Hub di Ambito con particolare riferimento alle competenze inerenti all'orientamento formativo
- Progettare, condividere e organizzare iniziative a favore degli Informagiovani nell'area formazione
- Predisporre mensilmente un piano operativo delle attività che si intendono svolgere compatibilmente con gli obiettivi definiti dal presente capitolato e in stretto raccordo con il Coordinamento Regionale
- Predisporre opportuni strumenti di condivisione, anche da remoto, delle attività svolte per condividere report puntuali dei contatti attivati e delle attività realizzate e degli output quali e quantitativi, in itinere e in restituzione
- Supportare il Coordinamento Regionale per quanto di necessità

Educatrice

Asilo Nido Privato [06/2020 - 11/2020]

Città: Parma

Paese: Italia

Impresa o settore: Educazione

- Attività di animazione per bambini dai 0 ai 3 anni

- Gestione delle attività ludiche

- Contatto diretto con i caregiver dei bambini

- Interazione d'equipe con colleghe/superiori

Specializzanda in Psicoterapia

Ospedale di Parma [06/2020 - 08/2023]

Città: Parma

Paese: Italia

Impresa o settore: Sanità

Reparto alcologia e dipendenze: colloqui di sostegno psicologico

Tirocinante

Agenzia del Lavoro [01/2020 - 05/2020]

Città: Mantova

Paese: Italia

Impresa o settore: Ricerca e Selezione del personale

- Gestione autonoma del front office

- Screening cv

- Ricerca candidati

- Colloqui di selezione

- Contatto clienti/aziende

- Utilizzo del gestionale

Psicologa

Squadra Calcistica [10/2019 - 02/2020]

Città: Cremona

Paese: Italia

Impresa o settore: Sport

- Osservazione protocollo ACT nell'ambito sportivo

- Conduzione supervisionata per incontri gruppal

- Osservazione dinamiche gruppal

- Collaborazione con staff e figure professionali

Tirocinante Psicologo Post Lauream

Clinica Psichiatrica [09/2018 - 09/2019]

Città: Monticelli Terme (PR)

Paese: Italia

Impresa o settore: Sanità

Somministrazione Testistica, tra cui:

- MMSE, GDS, ENB, WAIS, MMPI, MILLON, SCID

Partecipazione ad attività di gruppo, tra cui:

- Psicoeducazione, terapia psico-corporea, mindfulness

Colloqui individuali di sostegno (con attività di supervisione):

- Anamnesi, progetto di riabilitazione all'interno della struttura

Disturbi trattati:

- Disturbi dell'alimentazione

- Depressione/Ansia

- Disturbi di personalità

- Dipendenze (alcol/sostanze)

- Disturbi funzioni cognitive

Tirocinio pre-lauream in Psicologia

Università degli Studi di Parma [01/2018 - 04/2018]

Città: Parma

Paese: Italia

Impresa o settore: Ricerca e Sviluppo

Attività di laboratorio e ricerca sperimentale

Utilizzo dei programmi specifici: R, SPSS, Matlab, E-prime

Educatrice volontariato: educazione

Oratorio [06/2017 - 09/2017]

Città: San Giovanni in Croce (CR)

Paese: Italia

Impresa o settore: Educazione

- Organizzazione attività ludiche

- Assistenza bambini

- Contatto diretto con i caregiver

Biblioteca comunale

Servizio Civile Nazionale [07/2015 - 07/2016]

Città: San Giovanni in Croce (CR)

Paese: Italia

Impresa o settore: Volontariato

- Servizio biblioteca
- Progetti in ambito sociale
- Organizzazione attività ludiche per bambini
- Assistenza anziani

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Esperto in Orientamento Scolastico

Associazione Nazionale Orientatori (ASNOR) [02/2022 - Attuale]

Città: Cremona, CR

Paese: Italia)

Il corso di Alta Formazione "Esperto in orientamento scolastico" si prefigge di fornire un valido supporto al raggiungimento dei seguenti obiettivi generali:

- prevenire l'insuccesso e/o l'abbandono scolastico
- garantire a ogni studente la continuità didattica
- stimolare l'adozione di strategie per la progettazione e realizzazione di processi di inclusione
- fornire strumenti per prevenire o superare i disagi che possono presentarsi nel passaggio tra i diversi ordini di scuola
- passare da un assetto per conoscenze e discipline separate a un approccio per competenze

Psicoterapeuta in formazione

Scuola di Psicoterapia ASCCO [01/2020 - Attuale]

Città: Parma

Paese: Italia)

Scuola di specializzazione in Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale di terza generazione

Abilitazione Psicologa

Università degli Studi di Bologna [11/2019 - 01/2020]

Città: Bologna

Paese: Italia)

Esame di Stato per l'abilitazione in Psicologia

Iscrizione all'Albo degli Psicologi Lombardia (OPL) n 22548

Laurea magistrale in Psicobiologia e Neuroscienze Cognitive

Università degli Studi di Parma [10/2016 - 07/2018]

Città: Parma

Paese: Italia)

Laureata con la votazione di 104/110 con la tesi: Revisione degli approcci relativi al trattamento dei disturbi alimentari: dai modelli classici ai modelli di terza generazione.

Relatore: Roberto Anchisi

Laurea in Scienze e tecniche psicologiche (L-24)

Università Cattolica del Sacro Cuore [10/2013 - 07/2016]

Città: Brescia

Paese: Italia)

Laureata con la votazione di 100/110 con la tesi: Revisione e cambiamenti dei criteri diagnostici nella malattia d'Alzheimer.

Docente valutatore: Michela Balconi

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: Italiano

Inglese (Trinity College of London)

ASCOLTO: B2 LETTURA: B2 COMPrensione: B2 PRODUZIONE ORALE: B2 INTERAZIONE ORALE: B2

COMPETENZE DIGITALI

Pacchetto Office / R / Eprime / Matlab

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

Capacità comunicative interpersonali sviluppate durante gli studi nell'ambito personologico-umanistico rinforzati sia dalla mia esperienza lavorativa nel campo della psicologia sia dalla mia esperienza continua a contatto diretto con le persone.

COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Capacità organizzative e di coordinamento di diverse attività, flessibilità e adattamento a differenti contesti e utenze. Autonomia nello svolgimento dei compiti acquisito sia nella mia esperienza di lavoro presso un'agenzia interinale, sia nella pratica clinica quotidiana con persone richiedenti la prestazione professionale clinica e psicologica.

PATENTE DI GUIDA

Patente di guida: **B - Automunita e disposta a spostamenti**

ALTRO

La pratica clinica per l'Ansia e lo Stress traumatico acuto, settembre 2023

L'Emotionally Focused Therapy (EFT), settembre 2023

Lavorare con i sé frammentati dei sopravvissuti al trauma: il Trauma-Informed Stabilization Treatment (TIST), ottobre 2023

Un viaggio nelle fondamenta dell'ACT, dalla Clinical Behavioral Analysis alla Process Based Therapy. A cura di NIKLAS TÖRNEKE, luglio 2023

Alle radici dell'ACT: applicazioni della Relational Frame Theory nella stanza di terapia. A cura di EMILY KENNISON SANDOZ, luglio 2022

Corso di Formazione Prevenzione e Sicurezza sul Lavoro, autorità emittente Università degli studi di Parma emesso nel 2017, scade a ottobre 2022

ACT Acceptance and Commitment Therapy in azione con Steven Hayes, novembre 2021

Il bambino presunta vittima di abuso sessuale: approfondimento e valutazione sull'attendibilità testimoniale in ambito penale, maggio 2021

Corso in Psicologia dell'Adolescenza erogato da Edu Open Network (conseguito il 02/05/2020)

Corso in Disturbi Specifici dell'Apprendimento e Psicopatologia Evolutiva erogato da Liquid Plan srl FCP (conseguito il 05/05/2020)

L'uso del Protocollo ACT nella gestione emotiva del COVID-19, erogato da Liquid Plan srl FCP in data aprile 2020

Il Sé nella pratica: lasciar andare i concetti di sé con la precisione della Relational Frame Theory-RFT, ACT. Workshop esperienziale, autorità emittente ACT ITALIA in data novembre 2019

*Autorizzo il trattamento dei dati personali ai sensi del DLGS196/2003 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e del GDPR 2016/679 "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".
Dichiaro inoltre di essere consapevole che le dichiarazioni false comportano l'applicazione delle sanzioni penali previste dall'art. 76 del D.P.R. 445/2000, e che le informazioni riportate nel seguente "curriculum vitae, redatto in formato europeo, corrispondono a verità.*