

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **VALERIA TESSA**
Indirizzo **VIA DEI FONTANELLI 7, 24027, NEMBRO (BG)**
Telefono **+39. 375.5497883**
E-mail VALERIATESSA.PSICOLOGA@GMAIL.COM
INFO@VALERIATESSAPSICOLOGA.IT
WWW.VALERIATESSAPSICOLOGA.IT

Nazionalità **ITALIANA**
Data e luogo di nascita **BERGAMO, 11 DICEMBRE 1985**

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date (da – a) **DAL 2004 AL 2017**
INSEGNANTE DI DANZA E DI FITNESS. ORGANIZZATRICE DI CONCORSI DI DANZA A LIVELLO NAZIONALE.
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **DAL 2017 AL 2024**
PSICOLOGA CLINICA, PSICOTERAPEUTA, IPNOLOGO CLINICA, PSICOLOGA DEL BENESSERE, SESSUOLOGA CLINICA, TERAPEUTA EMDR, PSICOLOGA PERINATALE, PERSONAL E MENTAL TRAINER, LIFE E MENTAL COACH, WEIGHT LOSS LIFESTYLE MODIFICATION COACH.
- Tipo di azienda o settore **STUDIO PRIVATO MINDFIT CLINIC, IN VIA QUINTO ALPINI 4 24124 BERGAMO**
POLIAMBULATORIO PRONTO ASSISTENZA, VIA NATALE PEREGO 3 20069 VAPRIO D'ADDA (MI).
- Tipo di impiego **PREVENZIONE, DIAGNOSI, SOSTEGNO. PROMOZIONE E TUTELA DELLA SALUTE E DEL BENESSERE DI PERSONE, GRUPPI, ORGANISMI SOCIALI.**
- Principali mansioni e responsabilità **PSICOLOGA CLINICA - PSICOTERAPEUTA**

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) **DAL 2004 AL 2013**
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI BERGAMO**
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio **PSICOLOGA CLINICA – PSICOTERAPEUTA IPNOTICA NEOERICKSONIANA – IPNOLOGO CLINICO – SESSUOLOGA CLINICA – TERAPEUTA EMDR – PSICOLOGA DEL BENESSERE – PSICOLOGA DELLO SPORT E MENTAL TRAINER – PSICOLOGA PERINATALE E ACCOMPAGNAMENTO IN GRAVIDANZA – OPERATORE CLINICO DI TRAINING AUTOGENO E TECNICHE DI GESTIONE DELLO STRESS**
- Qualifica conseguita

2023 DIPLOMA DI SESSUOLOGIA CLINICA PRESSO RIPSI, MILANO.

2023 PSICOLOGA DELL'EMERGENZA IN SANITÀ ALPINA.

2022 DIPLOMA IN PSICOTERAPIA IPNOTICA NEO-ERICKSONIANA PRESSO SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA IPNOTICA AMISI, MILANO.

ARGOMENTO DI TESI = STRESS E DISTURBI PSICOSOMATICI: LA PSICOTERAPIA IPNOTICA NEO-ERICKSONIANA COME CURA E CONNESSIONE MENTE E CORPO. VOTO:100/100.

2021 DIPLOMA IN TERAPIA EMDR 1° E 2° LIVELLO PRESSO EMDR ITALIA, MILANO.

2020 MASTER EXECUTIVE IN PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA P.N.E.I. ORGANIZZATO DA ORGANIZZATO DA APL (ASSOCIAZIONE PSICOLOGI LOMBARDIA) DI MILANO AL FINE DI CONSEGUIRE IL DIPLOMA DI COMPETENZA IN "PNEI E TECNICHE DI GESTIONE DELLO STRESS".

2020 PSICOLOGA CLINICA C/O POLIAMBULATORIO PRONTO ASSISTENZA 24H DI VAPRIO D'ADDA (MI).

2020 MASTER PSICOLOGIA DELLO SPORT CORSO BASE ORGANIZZATO DA PSYMEDISPORT GROUP. CONSIGLIERA DEL COMITATO REGIONALE LOMBARDIA DELLA FIPSiS (FEDERAZIONE ITALIANA PSICOLOGI DELLO SPORT).

2019 PSICOTERAPEUTA IPNOTICO IN FORMAZIONE C/O SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA IPNOTICA DI MILANO SEPI (ORIENTAMENTO NEO-ERICKSONIANO) E SOCIA DELL'ASSOCIAZIONE MEDICA ITALIANA PER LO STUDIO DELL'IPNOSI (AMISI).

2019 MASTER IN IPNOSI ORGANIZZATO DA APL (ASSOCIAZIONE PSICOLOGI LOMBARDIA) DI MILANO AL FINE DI CONSEGUIRE IL DIPLOMA DI QUALIFICA DI "IPNOLOGO".

2018 MASTER BREVE – TRATTAMENTO DELL'OBESITÀ BASATO SULLA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTALE (CORSO INTENSIVO CLINICO PRATICO) ORGANIZZATO DA POSITIVE PRESS. COORDINATORE DOTT. RICCARDO DALLE GRAVE. CERTIFICATO DI "WEIGHT LOSS LIFESTYLE MODIFICATION COACH".

DAL 2018 COLLABORAZIONE E RESPONSABILE SPORTELLO DI SOSTEGNO PSICOLOGICO GENITORIALE C/O ISTITUTO SCOLASTICO PARITARIO SCUOLE SACRAMENTINE DI BERGAMO.

2018-2019 TIROCINIO 170 ORE C/O CPS USC CENTRO PSICO SOCIALE DI BERGAMO, SEZIONE OCCIDENTALE, PSICHIATRIA 1, A.O. PAPA GIOVANNI XXIII BERGAMO, BOCCALEONE. PSICOLOGO TUTOR: DOTT.SSA LAURA COLANGELO. PARTECIPAZIONE A COLLOQUI PSICOLOGICI CLINICI E PSICOTERAPIE, ASSISTENZA DURANTE LA SOMMINISTRAZIONE TEST E DIAGNOSI, CONSEGNA, CONDIZIONI COLLOQUI INDIVIDUALI E CONTATTI E CON FAMIGLIE, PRATICA DI SOSTEGNO, RIUNIONI D'EQUIPE.

DAL 2018 AL 2019 PRIMO ANNO DELLA SCUOLA DI PSICOTERAPIA MARA SELVINI PALAZZOLI, SEDE DI BRESCIA (ORIENTAMENTO SISTEMICO FAMILIARE-INDIVIDUALE).

DAL 2018 PSICOLOGA CLINICA C/O STUDIO PRIVATO MINDFIT CLINIC BERGAMO

DA GENNAIO 2017 A MARZO 2018 PSICOLOGA CLINICA C/O AMBULATORIO SAN PIO X DI BERGAMO (ZONA CELADINA).

DA SETTEMBRE 2017 A DICEMBRE 2017 MASTER FISILOGIA E PSICOLOGIA PERINATALE CHE CONSENTE L'ISCRIZIONE DIRETTA AL REGISTRO NAZIONALE DEGLI PSICOLOGI PERINATALI ASIPP.

DA GENNAIO 2017 A LUGLIO 2017 CORSO TEORICO PRATICO IN TECNICHE DI DANZA-MOVIMENTO TERAPIA ORGANIZZATO DA EA FORMAZIONE, CENTRO DI ORIENTAMENTO ACCREDITATO ASNOR.

2017 CORSO DI ALTA FORMAZIONE IN MINDFUL EATING CON FORMAZIONE CONTINUA IN PSICOLOGIA (ROMA).

2017 MASTER IN PSICOLOGIA DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE E TECNICHE DI GESTIONE DEL PESO CORPOREO ORGANIZZATO DA OBIETTIVO PSICOLOGIA (MILANO).

2017 PSICOLOGA CLINICA C/O AMBULATORIO SAN PIO X (BERGAMO).

**2017 CORSO ALTA FORMAZIONE IN COUNSELING CLINICO INTEGRATO ORGANIZZATO DA APL (MILANO).
2017/01/19 PSICOLOGA ISCRITTO ALL'ORDINE DEGLI PSICOLOGI DELLA LOMBARDIA N° 19191**

2016 ABILITAZIONE PROFESSIONALE UNIVERSITA' CATTOLICA DI MILANO

2016/2017 CORSO DI ALTA FORMAZIONE IN TECNICHE DI MEDITAZIONE, VISUALIZZAZIONE E RILASSAMENTO IN GRAVIDANZA ORGANIZZATO DA APL (MILANO).

2016 MASTER IN PSICOLOGIA DEL BENESSERE COMPRENSIVO DEL CORSO DI ALTA FORMAZIONE IN OPERATORE CLINICO DI TRAINING AUTOGENO, ORGANIZZATO DA APL (ASSOCIAZIONE PSICOLOGI LOMBARDIA) AL FINE DI CONSEGUIRE IL DIPLOMA DI COMPETENZA COME "PSICOLOGO DEL BENESSERE" E L'ATTESTATO DI "OPERATORE CLINICO DI TRAINING AUTOGENO" (MILANO).

2017 MASTER IN PSICOLOGIA DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE E TECNICHE DI GESTIONE DEL PESO CORPOREO PRESSO OBIETTIVO PSICOLOGIA (ROMA).

**2013/2014 TIROCINIO 12 MESI C/O CPS USC CENTRO PSICO SOCIALE DI BERGAMO, SEZIONE OCCIDENTALE, PSICHIATRIA 1, A.O. PAPA GIOVANNI XXIII BERGAMO, BOCCALEONE.
PSICOLOGO TUTOR: DOTT. F.BRESCIANI
CONSULENZA PSICOLOGICA, PRIMI COLLOQUI, ASSISTENZA DURANTE LA SOMMINISTRAZIONE TEST E DIAGNOSI, CONSEGNA, PRATICA DI SOSTEGNO, RIUNIONI D'EQUIPE**

**2013/04/08 LAUREA MAGISTRALE IN PSICOLOGIA CLINICA
ARGOMENTO DI TESI: LA DANZAMOVIMENTOTERAPIA E LA PRATICA COREUTICA COME CURA EFFICACE DELL'ANORESSIA NERVOSA. VOTO:105/110**

2011/2012 CORSO SPECIALISTICO IN PSICODIAGNOSTICA FORENSE C/O I.A.I. ISTITUTO DI ANALISI IMMAGINATIVA DI CREMONA. RESPONSABILE DOTT.SSA RITA ROSSI. IN ATTESA DI SOSTENERE LA TESI FINALE.

2009/2011 SCUOLA DI ALTA FORMAZIONE IN PSICOLOGIA FORENZE E CRIMINOLOGIA C/O I.A.I. ISTITUTO DI ANALISI IMMAGINATIVA DI CREMONA. RESPONSABILE DOTT.SSA RITA ROSSI.

**2008/06/23 LAUREA TRIENNALE SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE DELLE RELAZIONI INTERPERSONALI E DELLE ORGANIZZAZIONI SOCIALI C/O UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI BERGAMO
ARGOMENTO DI TESI: DISABILITÀ E LAVORO. ASPETTI SOCIALI, CULTURALI E ORGANIZZATIVI DI INCLUSIONE. VOTO:108/110
TIROCINIO 6 MESI C/O AZIENDA MULTINAZIONALE "LOVABLE" DI GRASSOBBIO (BG).
PSICOLOGA TUTOR DOTT.SSA PEZZOTTA**

2006/2007 BORSA DI STUDIO ERASMUS DELLA DURATA DI 6 MESI PRESSO LA UNIVERSITY OF LEEDS (UK). DURANTE IL PERIODO DI STUDI, HO REDATTO TRE RICERCHE IN LINGUA INGLESE.

**2004 DIPLOMA DI MATURITÀ MAGISTRALE SPERIMENTALE
ARGOMENTO DI TESI: IL CORPO COME LINGUAGGIO DEL PROPRIO IO.
VOTO:100/100**

STAGE CONVEGNI E SEMINARI

2010.17.04 SEMINARIO "L'INTERVISTA CLINICA GENERAZIONALE. UNO STRUMENTO PER L'INCONTRO CLINICO CON LE COPPIE GENITORALI". COORDINATORE PROF. CIGOLI. I.A.I. CREMONA

2011.15.04 SEMINARIO "LEGAMI DISPERANTI E LEGAMI DISPERATI: LA COPPIA DI FRONTE AL DIVORZIO". COORDINATORE PROF. CIGOLI. I.A.I. CREMONA

**2013.15.03 E 2013.16.03 CONVEGNO OPL "LO PSICOLOGO CONSULENTE IN AMBITO GIUDIZIARIO"
CENTRO CONGRESSI MILANO**

2014.04.05 PRIMO CONVEGNO PSICOLOGIA DELLO SPORT. MENTAL TRAINING E IPNOSI. UNIBG

2014.11.22 CONVEGNO "PSICOMOTRICITÀ A SCUOLA" UNIBG

2014.12.15 CORSO GRATUITO IGOR VITALE COMUNICAZIONE NON VERBALE

2016.09.18 PSICOLOGIA POSITIVA, EMPOWERMENT E AUTOSTIMA

2016.10.01 MODELLO MENTE-CORPO E MEDITAZIONE NELLA PSICOLOGIA DEL BENESSERE

2017 SEMINARIO SULLA COMUNICAZIONE NON VERBALE. COORDINATORE DOTT.SSA SORRENTINO.

2018.05.25/26 TERAPEUTI E PAZIENTI: LA RELAZIONE CHE CURA. LABORATORI DI COMUNICAZIONE EFFICACE C/O UNIVERSITA' BICOCCA MILANO. COORDINATORI DOTT.RI CANEVELLI, CHIANURA, PEZZOLO, TORTORELLI.

2018 SEMINARIO SULL'ATTACAMENTO C/O CENTRO FAST MILANO, ZONA TURATI. RELATORE DOTT.SSA GRAZIA ATTILI.

2019 SEMINARIO "COLLOQUI PRELIMINARI PER LA CONSULTAZIONE FAMILIARE" C/O CENTRO FAST MILANO, ZONA TURATI. COORDINATORE DOTT. SELVINI

2019 SEMINARIO "TERAPIA SISTEMICA INDIVIDUALE" C/O CENTRO FAST MILANO, ZONA TURATI. COORDINATORE DOTT.RI CAMBIASO & MAZZA.

2019 SEMINARIO "LA BELLEZZA E IL DOLORE: IL TERAPEUTA E LA COPPIA DI FRONTE ALLA MALATTIA E LA MORTE" C/O CENTRO FAST MILANO, ZONA TURATI. COORDINATORE DOTT. RUGGIERO

2019 CONVEGNO SULL'ANORESSIA TENUTOSI A BRESCIA IN OCCASIONE DEL XXV ANNIVERSARIO DELLA SCUOLA MARA SELVINI PALAZZOLI.

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

DAL 1999 AL 2004

**ISTITUTO SCOLASTICO PARITARIO SUORE SACRAMENTINE BERGAMO
LICEO MAGISTRALE INDIRIZZO AUXOPEDECO**

- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita

DIPLOMA MAGISTRALE – VOTO 100/100

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

PRIMA LINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUE

INGLESE

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

BUONA

BUONA

BUONA

CAPACITÀ E COMPETENZE
RELAZIONALI.

BUONE CAPACITÀ DI RELAZIONE CON ALTRE PERSONE SVILUPPATE SUL POSTO DI LAVORO, A SCUOLA, NELLO SPORT E NELLA VITA PRIVATA.

CAPACITÀ E COMPETENZE
ORGANIZZATIVE

PREDISPOSIZIONE RISPETTO A UN BUON ATTEGGIAMENTO ORGANIZZATIVO E DI LEADERSHIP, CAPACITÀ DI COORDINAMENTO E GESTIONE DELLE DINAMICHE DI GRUPPO E DEL LAVORO D'EQUIPE.

CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE

**BUONA PADRONANZA DEI SISTEMI WINDOWS - MAC, PACCHETTI WORD, POWER POINT.
DISCRETA PADRONANZA DI EXCEL.**

CAPACITÀ E COMPETENZE
ARTISTICHE

BUONA CAPACITÀ PRATICA E INTUITIVA NEL CAMPO DELLA DANZA E MUSICALE. CONOSCENZE GENERALI SUL MONDO DELLA MUSICA

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

DAL 2006 AL 2018 INSEGNANTE DI DANZA (DISCIPLINE URBANE) E ISTRUTTRICE DI FITNESS (CORSI DISCIPLINE DI FITNESS MUSICALI, PILATES MATWORK, INTERVAL E FUNCTIONAL TRAINING).
COORDINATRICE CORSI E ORGANIZZATRICE EVENTI SPORTIVI E CONCORSI NAZIONALI DI DANZA.
SPORT PRATICATI: PALLAVOLO, TENNIS, TIRO CON L'ARCO, NUOTO, SCI, SUBACQUEA. BREVETTO SSI DEEP ADVENTURE 40 METRI PROFONDITA'.

HO LAVORATO PRESSO LE SEGUENTI PALESTRE E SCUOLA DI DANZA:

PROGETTO DANZA&FITNESS DI CAVENAGO (MI), NEMBRO DANZA (BG), ETUDE DANZA&FITNESS (BG), SPORTPIU' BERGAMO, PALESTRA IN FORMA BERGAMO, PALESTRA 624 DI BERGAMO, PALESTRA B-FREE DI ALZANO LOMBARDO (BG), PALESTRA NEW FITNESS CLUB DI PONTE SAN PIETRO (BG), PALESTRA NEW BODY FITNESS DI AMBIVERE (BG), PALESTRA FIT EXPRESS DI STEZZANO (BG), PALESTRA SEVEN CLUB DI ALMÈ (BG), IL CLUB DI AZZANO (BG).

FORMAZIONE PRESSO LE SEGUENTI ACCADEMIE E SCUOLE DI DANZA:

C.S.C. ANYMORE (ASSOCIAZIONE CULTURALE) BERGAMO, ACCADEMIA DI DANZA PAVLOVA BERGAMO, BROADWAY DANCE CENTER (NYC), STUDIO HARMONIC DI PARIGI, URBAN DANCE FACTORY DI BARCELONA, EDA EN DIRECTO DI MADRID, PINEAPPLE DI LONDRA, IALS DI ROMA.

PATENTE O PATENTI

AUTO: B

ULTERIORI INFORMAZIONI

AUTOMUNITO. DISPONIBILITÀ PART-TIME E FULL-TIME ANCHE PER VOLONTARIATO.
HO VIAGGIATO IN PIÙ PAESI NEL MONDO

DICHIARO CHE LE INFORMAZIONI RIPORTATE NEL PRESENTE CURRICULUM VITAE SONO ESATTE E VERITIERE. AUTORIZZO IL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI, IVI COMPRESI QUELLI SENSIBILI, AI SENSI E PER GLI EFFETTI DEL DECRETO LEGGE 196/2003 PER LE FINALITÀ DI CUI AL PRESENTE AVVISO DI CANDIDATURA.