

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **VALENTINA ONETA**
Indirizzo
Telefono
E-mail
Nazionalità **italiana**

ESPERIENZA PROFESSIONALE

PSICOLOGA- PSICOTERAPEUTA

- Date (da – a)

Marzo 2014- novembre 2014
Marzo 2020 – aprile 2021
- Nome e indirizzo del datore di lavoro

Istituti Clinici Maugeri Spa Benefit, via Monsignor Bernasconi 16, Lissone MB 20851
Istituti Clinici Maugeri Spa Benefit, via Camaldoli 64, Milano MI 20138
- Tipo di settore

Sanitario-Salute mentale
- Tipo di impiego
 - Tirocinio per la Scuola di Formazione in Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale "Studi Cognitivi", Milano (marzo 2014- novembre 2014)
 - Consulente libero professionista (marzo 2020 – aprile 2021)
- Principali mansioni e responsabilità

attività cliniche di reparto, con pazienti cronici in regime di ospedalizzazione o day hospital:

 - valutazioni diagnostiche attraverso colloqui clinici e somministrazione di test psicodiagnostici (neuropsicologici/ funzioni cognitive e psicologici legati ai sintomi, ansia, depressione, qualità di vita, supporto.);
 - acquisizione di competenze sulla gestione medica e psicologica del paziente organico cronico (diabetico, obeso, oncologico, neurologico, cardiologico e pneumologico);
 - valutazione e gestione dell'impatto della diagnosi e della malattia, dell'aderenza e della compliance alle prescrizioni mediche;
 - terapia di supporto al caregiver;
 - attività di psicoeducazione (prevenzione secondaria);
 - psicoterapie per ansia e depressione reattive al vissuto di malattia;
 - osservazione e conduzione di colloqui clinici terapeutici di motivazione al cambiamento di stili di vita non salutari (alcol, fumo, alimentazione);
 - partecipazione in veste di osservatrice e conduttrice di gruppi di rilassamento muscolare progressivo;
 - discussione di casi clinici.

attività di ricerca :

 - acquisizione di competenze per la scrittura di abstract ed articoli scientifici

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

Ottobre 2015- data odierna

**Azienda Socio Sanitaria Territoriale “ASST Melegnano e della Martesana”
(ex Azienda Ospedaliera di Melegnano)
Via Pandina, 1- 20070 Vizzolo Predabissi, MI**

- Tipo di settore
- Tipo di impiego

Sanitario- Salute mentale

- Volontariato (ottobre 2015- ottobre 2016)
- Consulente (novembre 2016- ottobre 2017; aprile 2018- data odierna)
- Tutor di Specializzazione (da ottobre 2018 a dicembre 2019)

- Principali mansioni e responsabilità

Progettazione e realizzazione di interventi psicoterapeutici e psicoeducazionali per pazienti afferenti al **Servizio di dietologia e nutrizione clinica** (Responsabile Dott.ssa Annalisa Mascheroni) in regime ambulatoriale, MAC, ricovero ospedaliero presso Medicina interna e sub-acuti.

Riferimento teorico-clinico: Fairburn, CBT standard, Metodo Maudsley , Dalle Grave
Nel dettaglio:

- Colloqui individuali di assessment e psicoterapia
- Conduzione di gruppi psico-educazionali per pazienti con Sindrome metabolica ed educazione alla salute per prevenzione rischi metabolici e vascolari;
- Conduzione di gruppi psico-educazionali per i familiari di pazienti affetti da Disturbi del comportamento alimentare;
- Conduzione di gruppi di skill training per la regolazione delle emozioni per pazienti obesi con diagnosi di Binge Eating disorder;
- Supervisioni ed incontri di equipe (dietista, psichiatra, medico)

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

Ottobre 2015- data odierna

A.I.S.A Onlus, Associazione Italiana per la lotta alle Sindromi Atassiche
Via Don Gervasini, 33- 20153 Milano
Sez. Lombardia, referente Antonella Moggi
Salute mentale

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

Consulente libero professionista

Conduzione di gruppi di supporto psicologico di pazienti atassici: psicoeducazione, accettazione dei sintomi e della diagnosi, aderenza alla terapia farmacologica, gestione emotiva del deficit di autonomia e delle relazioni d'aiuto con i caregiver.
In collaborazione con l'Istituto C.Besta, Milano.

- Tipo di impiego

Consulente libero professionista

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

Aprile 2012- 31 ottobre 2017

**Azienda Socio Sanitaria Territoriale “ASST Melegnano e della Martesana”
(ex Azienda Ospedaliera di Melegnano)
Centro Psico-Sociale (CPS) di San Donato milanese, via Sergnano 2**

- Tipo di settore
- Tipo di impiego

Salute mentale

Tirocinio per la Scuola di Specializzazione Studi Cognitivi Milano (aprile 2012-ottobre 2015)
Volontariato (novembre 2015- ottobre 2017)

- Principali mansioni e responsabilità

Attività clinica ambulatoriale:

- Valutazioni diagnostiche di pazienti attraverso colloqui clinici e somministrazione di test (SCID I), funzionamento cognitivo, personalità – SCID II, MMPI-2) e disturbi alimentari (EDE);
- Valutazioni del livello intellettivo (WAIS-R);
- Psicoterapia (modello CBT) con pazienti con patologie dello spettro ansioso dello spettro depressivo, disturbi del comportamento alimentare, disturbi di personalità;
- Collaborazione con psichiatri: invii ed educazione alla terapia farmacologica;
- Equipe con educatori e assistenti sociali per la gestione dei pazienti complessi: inserimento lavorativo, lavoro protetto, acquisizione abilità;
- Supervisioni e discussione di casi clinici

- Date (da – a)

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di settore

- Tipo di impiego

- Principali mansioni e responsabilità

Marzo 2013- data odierna

Studio privato a Milano, zona Crocetta

Salute mentale

libero professionista

Valutazioni psicodiagnostiche, assessment, psicoterapia dell'adulto e dell'adolescente
Casistica: disturbo ossessivo compulsivo, disturbo d'ansia generalizzata, fobie, disturbi di personalità, depressione, disturbi alimentari, dipendenze, disturbi neurologici ed organici cronici. Parent training

EDUCATRICE

- Date (da – a)

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di settore

- Tipo di impiego

- Principali mansioni e responsabilità

Dicembre 2011- giugno 2014

Cooperativa sociale "IL MELOGRANO ONLUS"

Via A. Grandi, 44- 20090.Segrate, MI

Educativo- assistenziale

Collaborazione lavorativa

Realizzazione di progetti di assistenza psicologica ed educativa per ragazzi con diagnosi neuropsichiatrica (ritardo mentale severo e lieve, autismo ad alto funzionamento), con deficit sensoriali e motori, adolescenti ospiti di comunità o in situazioni familiari e sociali disagiate.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Data

- Nome e tipo di istituto

- Abilità acquisite

27/09/2018 – 30/09/2018

AIDAP- Associazione italiana Disturbi alimentari e del peso, Verona
Master breve: Trattamento dell'obesità basata sulla Terapia cognitivo – Comportamentale.

tecniche comportamentali che consentono di gestire i comportamenti disfunzionali che promuovono o mantengono i fattori di rischio (ponderali, cardiologici, metabolici) e tecniche cognitive che agiscono principalmente sulle preoccupazioni e sulle problematiche inerenti alla salute, al desiderio di cambiare forma fisica (l'immagine) e ad altre cognizioni centrali alla sovralimentazione e stili di vita non salutari.

- Titolo conseguito

idoneo

<ul style="list-style-type: none"> • Data • Titolo conseguito 	<p>Gennaio 2016 Annotazione sull'Albo degli Psicologi della Lombardia dell'esercizio dell'attività psicoterapeutica</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Data • Nome e tipo di istituto • Titolo conseguito 	<p>11 dicembre 2015 Esame di Specializzazione presso Scuola di Psicoterapia Cognitivo Comportamentale Studi Cognitivi, Milano Psicoterapeuta di orientamento teorico-clinico cognitivo e cognitivo – Comportamentale</p> <p>Voto: 30/30 lode</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Gennaio 2014- dicembre 2015 Corso di Perfezionamento in "Psicoterapia efficace per il bambino e per l'adolescente" Modulo I e II. Scuola di Formazione in Psicoterapia Cognitiva e Cognitivo – Comportamentale "Studi Cognitivi" di Milano.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Modulo I: La psicoterapia con il bambino: assessment individuale e familiare, Parent training, intervento cognitivo e Cognitivo comportamentale nell' ADHD e nell'autismo, Ristrutturazione cognitiva e autoregolazione emotiva del bambino, La metafora narrativa come strumento in psicoterapia, Strumenti e tecniche di arte terapia, La psicologia scolastica, La terapia CBT nei disturbi del comportamento, I disturbi alimentari dai 6 ai 10 anni, I disturbi dell'apprendimento: dislessia, disgrafia, discalculia.</p> <p>Modulo II: Il disturbo dello sviluppo della personalità; Esordi di Disturbi Alimentari in adolescenza; La terapia CBT nei disturbi del comportamento – il coping power program per i bambini e genitori; abuso di sostanze nell'adolescenza e trattamento delle dipendenze; Trattamento dei disturbi post-traumatici da stress; I comportamenti antisociali in adolescenza: aspetti psicologici e giuridici; Esordi di patologie ossessive.</p> <p>Esercitazioni sui casi clinici.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita 	<p>Master biennale di perfezionamento in Psicoterapia efficace per il bambino e l'adolescente</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da - a) • Nome e indirizzo del datore di lavoro 	<p>Aprile 2012- ottobre 2015 Azienda Socio Sanitaria Territoriale "ASST Melegnano e della Martesana" (ex Azienda Ospedaliera di Melegnano) Centro Psico-Sociale (CPS) di San Donato milanese, via Sergnano 2</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Tipo di settore • Tipo di impiego 	<p>Salute mentale Tirocinio per la Scuola di Formazione in Psicoterapia Cognitivo- Comportamentale "Studi Cognitivi", Milano</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Principali mansioni e responsabilità 	<p>Attività clinica ambulatoriale (vd Volontariato)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Gennaio 2012- dicembre 2015 Scuola di Formazione in Psicoterapia Cognitiva e Cognitivo – Comportamentale "Studi Cognitivi" di Milano. Corso Quadriennale di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva e Cognitivo – Comportamentale.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Psicologia Cognitiva; Psicologia dell'età evolutiva - Teorie dell'Attaccamento - Procedure terapeutiche in terapia cognitiva - Teoria e modelli di intervento psicoterapeutico. Vengono insegnate le tecniche per svolgere l'assessment clinico e psicologico del paziente, attraverso l'apprendimento di interviste cliniche strutturate, protocolli, questionari autosomministrati e eseguendo ABC. La raccolta delle storie di attaccamento - La tecnica dell'ABC, con valutazione dei secondari, esecuzione del laddering e ricostruzione delle credenze sopraordinate secondo un modello gerarchico. Le tecniche di ristrutturazione cognitiva REBT di Albert Ellis (1962), da utilizzare nei colloqui. Le sindromi dimensionali della clinica cognitiva: i disturbi d'ansia e fobici, i disturbi alimentari, il disturbo ossessivo - compulsivo, i disturbi di personalità, il disturbo di personalità borderline, i disturbi del pensiero (corrispondenti alla schizofrenia e al disturbo delirante).</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita 	<p>Titolo tesi: "Pensieri irrazionali come mediatori tra credenze disfunzionali e sintomi ossessivo-compulsivi"</p> <p>Psicoterapeuta di orientamento teorico-clinico cognitivo e cognitivo - comportamentale abilitazione all'esercizio dell'attività psicoterapeutica ai sensi dell'art. 3, legge 56 del 18.02.89</p>
<p>Voto: 30/30 e Lode</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Date 	<p>Luglio 2011</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Titolo conseguito 	<p>Iscrizione all'Ordine degli Psicologi della Lombardia al numero 03/14733</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) 	<p>Giugno- luglio 2011</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Esame di Stato per abilitazione alla professione sostenuto e superato nella prima sessione del 2011 presso l'Università degli Studi di Trieste.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita 	<p>Idoneo a svolgere la professione di psicologo</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) 	<p>Settembre 2010- luglio 2011</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Fondazione San Raffaele del Monte Tabor , Ospedale e Istituto Scientifico Universitario. Dipartimento di Psicologia Clinica, Sede di Ville Turro, Milano.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Attività di tirocinio post-lauream di II livello.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Osservazione e conduzione di colloqui clinici diagnostici con pazienti ambulatoriali (filtro, prime visite); Somministrazione e scoring di test psicologici (personologici, intellettivi e specifici per i sintomi di asse I); Osservazione di colloqui di pazienti psichiatrici in regime di degenza.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita 	<p>Idoneo</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) 	<p>2008 – settembre 2010</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Università Vita-Salute San Raffaele, Milano</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Psicopatologia Generale e dello Sviluppo, Psicodiagnostica, Psicologia Sociale della Salute, Psicologia di Comunità, Psicologia Clinica, Psichiatria, Psicoterapia e Psicoterapia di Gruppo, Psicopatologia Forense , Metodi e Tecniche di ricerca in psicologia clinica, Teorie e Tecniche del Colloquio Clinico</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita 	<p>Dottore magistrale in " Psicologia Clinica e della Salute" Con voto 110 /110 con Lode</p>

Titolo Tesi: " *Minding the mind: attaccamento, mentalizzazione e disturbo borderline di personalità* "

Relatore: Prof Andrea Fossati

Correlatore: Dott.ssa Serena Borroni

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

Ottobre 2007- luglio 2008

San Raffaele del Monte Tabor , Ospedale e Istituto Scientifico Universitario.

Sede di Ville Turro, Milano.

Attività di tirocinio intra-lauream

Apprendimento di nozioni psicometriche e creazione di database statistici.

- Qualifica conseguita

idoneo

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

Settembre 2005- Luglio 2008

Università Vita-Salute San Raffaele, Milano

Linguistica Generale con elementi di Psicolinguistica, Fondamenti Anatomico-Fisiologici dell'Attività Emozioni Fondamenti di Logica, Neuropsicologia, Psicologia dello Sviluppo e del Ciclo di Vita, Psicopatologia, Psicomedia, Psicologia Sociale della Famiglia, Psicodinamica dello Sviluppo e delle Relazioni Familiari, Psicologia Cognitiva, Teoria e Tecniche dei test, Psicologia Dinamica

- Qualifica conseguita

Dottore in "Scienze Psicologiche"

con voto 109/110

Tesi "*Cogli l'attimo fuggente: Mindfulness ed aspetti personologici adattivi*"

Relatore: Prof Andrea Fossati

Correlatore: Dott.ssa Serena Borroni

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

Settembre 2000- luglio 2005

Liceo Classico A. Racchetti, Crema (CR)

Diploma di maturità classica con indirizzo socio-psico-pedagogico

Valutazione 100/100 con Lode

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

MADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUE

INGLESE

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

Buona

Buona

Buona

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE E RELAZIONALI

PROPENSIONE AL CONFRONTO E ALL'INTEGRAZIONE DI CONOSCENZE CON DIVERSE FIGURE PROFESSIONALI. RISPETTO DEI RUOLI, CURIOSITÀ E COLLABORAZIONE.

CAPACITÀ DI INSERIRE IL PROGETTO TERAPEUTICO ALL'INTERNO DEL CONTESTO DI LAVORO, CAPITALIZZANDO LE RISORSE.

CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE

Esperienza nella conduzione di colloqui di consulenza psicologica e di psicoterapia secondo l'approccio cognitivo – comportamentale, individuali, di coppia e di gruppo, nella valutazione e diagnosi dei Disturbi di Asse I, di Asse II e dei Disturbi del Comportamento Alimentare, nel trattamento attraverso il modello CBT, nella progettazione e conduzione di gruppi psicoeducazionali (per le patologie organiche, per i caregiver). Tali competenze sono state maturate e consolidate durante il tirocinio e la frequenza c/o il CPS di San Donato m.se, c/o l'Ambulatorio per il trattamento dei Disturbi del Comportamento Alimentare, Unità Operativa Dietologia, Azienda Ospedaliera di Melegnano e c/o Servizio di Psicologia, Fondazione Maugeri Milano. Esperienza nella conduzione di colloqui di consulenza psicologica individuali e familiari con minori e coppie genitoriali.

Buona conoscenza ed abilità di somministrazione di test ed interviste psicologiche
Buona conoscenza del pacchetto Microsoft Office

SOCIETÀ SCIENTIFICHE
E ASSOCIAZIONI

Socio AIDAP, Associazione Italiana Disturbi dell'Alimentazione e del Peso

WORKSHOP, SEMINARI, CORSI E CONGRESSI

DOCENZE

Docenza- lezione di 8 ore sui Disturbi del Comportamento alimentare
Corso elettivo - 'Università degli Studi di Milano –
Facoltà Infermieristica di Cernusco sul Naviglio (MI)

PERCORSI DI CURA EVIDENCE- BASED PER I PAZIENTI CON OBESITÀ
COMPLICATI E NON NELL'ASST MELEGNANO E MARTESANA
ASST Melegnano e Martesana, Vizzolo Predabissi
9 novembre 2019

MENS SANA IN CORPORE SANO- Percorsi di cura per i Disturbi del
Comportamento alimentare
ASST Melegnano e Martesana, Vizzolo Predabissi
10 ottobre 2019

Evento formativo sui Disturbi del peso e dell'alimentazione per il ciclo 'I DISTURBI
PSICHICI E LA MEDICINA DI BASE, anno 2017'.
CAD S. Giuliano m.se
Organizzatore: Dott. Andrea Pergami
17 ottobre 2017

Evento O.n.d.a, SOVRAPPESO ED OBESITÀ
ASST Melegnano e martesana, Vizzolo Predabissi
11 aprile 2017

Convegno medico **diagnosi e cura per le sindromi atassiche**
In collaborazione con l'Istituto Neurologico Besta di Milano
20 novembre 2016, Paderno Dugnano (MI)

Partecipazione:

Convegno "Istituzione e soggetto. Il trattamento del caso grave nei disturbi della nutrizione:
dalla cura residenziale al percorso in rete"
Bologna, 23 – 24 novembre 2018

Bulimia, un'ombra sul cuore
Convegno (12 ore), Milano 12-13 giugno 2017
Organizzatore Associazione Medici Legnano

Corso di prevenzione e gestione di comportamenti aggressivi e violenti nei confronti degli operatori del DSM
CPS Gorgonzola ASST Melegnano e martesana
Dott. Carnevali
27 settembre 2016

Prendersi cura di chi cura: Autorità, leadership e potere in ambito sanitario: una analisi del problema con l'ausilio di film
Corso (9 ore), Vizzolo Predabissi, 22 settembre e 17 novembre 2016
Relatori: Dott. A. Pergami e Dott. M. Licata

Terapia Cognitivo- comportamentale per l'obesità
Training di base (16 ore), Verona, 16-17 settembre 2016
Relatori: Dott. R. Dalle Grave, Dott. M. Sartirana

Disturbo da binge-eating. La ricerca scientifica e l'intervento terapeutico
Workshop (8 ore), Verona, 13 maggio 2016
Relatore: *Professore Carlos Grilo*

Congresso nazionale AIDAP- Terapia cognitivo comportamentale per i disturbi dell'alimentazione, disturbo da binge eating e altri trattamenti: ricerca e prospettive terapeutiche. Verona 13 e 14 maggio 2016
Organizzatore: AIDAP

Corso sulla sicurezza nei luoghi di lavoro (16 ore), 15 e 22 dicembre 2015
Presso: Azienda ospedaliera di Melegnano

Fare ACT – Workshop base e intermedio (16 ore) Milano, 27-28 settembre 2014
Conduttori: Massimo Ronchei e Jolanta Burzynsk
Fare ACT- Workshop avanzato (16 ore). Milano, 28-29 novembre 2014
Conduttori: Anna Prevedini e Giovanni Zucchi

Corso di formazione: La Terapia Cognitivo Comportamentale: un nuovo approccio multidisciplinare alla cura dell'obesità/ sovrappeso complicata – ASST Melegnano e martesana, 20/10/2016- 22/12/2016

Corso di formazione: La Terapia Cognitivo Comportamentale della sindrome metabolica e del Binge Eating Disorder – ASST Melegnano e martesana, 22/02/2017 - 25/10/ 2017

Corso di formazione: Organizzazione e gestione dei percorsi mac nel paziente Oncologico, con sindrome metabolica e con dca - ASST Melegnano e martesana, 06/03/2019 – 04/12/2019

Corso di formazione: Gestione clinica degli aspetti nutrizionali della patologia Intestinale – ASST Melegnano e martesana. 30/09/2020 – 16/12/2020

Convegno: Vivere la gravidanza. Stili di vita, aspetti medici, vissuti psicologici.
Casa della Psicologia. 13/04/2019

POSTER

A.M. Misotti, V. Oneta, M.E. Tirelli, R.Giuvi, A. Mascheroni · **INCONTRI PSICO-EDUCAZIONALI PER PAZIENTI AFFETTI DA SINDROME METABOLICA: L'ESPERIENZA DELL'ASST DI MELEGNANO. 28° Congresso Nazionale ANDID – Associazione Nazionale Dietisti- Napoli – 13-14 Maggio 2016**

PATENTE

B, automunita

Ai sensi e per gli effetti delle disposizioni di cui al DPR 445/2000, si dichiara che le informazioni contenute nel presente curriculum corrispondono al vero

04 / 12 / 2021

Valentina Oneta

