

INFORMAZIONI PERSONALI



Simona Belingheri

 Via Alessandro Volta, 6 – 24020 Torre Boldone (BG)

 +39 3336717984

 simonabelingheri@virgilio.it – simonabelingheri@psypec.it

Sesso Femmina | Luogo, Data di nascita Desio (MB), 30/01/1984 | Nazionalità Italiana

ESPERIENZE PROFESSIONALI

GENNAIO 2022 – DATA ATTUALE

Consulente psicologa e cofondatrice servizio alla persona fragile e familiari

www.infoalzheimer.eu

Attività di informazione, sostegno e orientamento dedicate alla persona con demenza e ai caregiver

MAGGIO 2021 – DATA ATTUALE

Psicologa _ Studio privato

FisioCare _ Via G. Reich, 22 Torre Boldone (Bg)

Colloqui di consultazione e sostegno psicologico con adolescenti, adulti e anziani

Consulenza e formazione per i caregiver di persone fragili

Potenziamento e stimolazione di abilità cognitive ed emotivo-motivazionali, per adulti e anziani

Percorsi individuali e di gruppo di rilassamento e autoconsapevolezza

APRILE 2021 – DATA ATTUALE

Psicologa _ Ente del Terzo Settore

Associazione Tra.ME ETS _ Via Guglielmo Longo, 5 Bergamo

Individuazione, progettazione e realizzazione di interventi multidisciplinari rivolti alla cittadinanza, orientati alla promozione del benessere psico-fisico e alla prevenzione, in un'ottica di rete. Le attività sono rivolte principalmente a cittadini in situazione di fragilità o svantaggio di ogni fascia d'età.

OTTOBRE 2014 – APRILE 2021

Tutor Psicologa _ Servizio Assistenza Domiciliare

Associazione Insieme A Te ONLUS _ Via Francesco Baracca, 28 San Paolo d'Argon (BG)

Somministrazione di scale per la valutazione multidimensionale della persona richiedente il servizio e del suo contesto relazionale e ambientale.

Pianificazione di progetti assistenziali individualizzati e di attività educative, preventive e riabilitative rivolte a utenti anziani.

Colloqui individuali e di gruppo con utenti anziani, i loro familiari e gli assistenti domiciliari, con finalità di consulenza, sostegno psicologico e intervento per la risoluzione di problematiche.

Supervisione dell'operato del team di assistenza familiare mediante accessi al domicilio.

Partecipazione al processo di selezione degli operatori da assegnare ai singoli casi.

Formazione del personale assistenziale e dei caregiver familiari.

OTTOBRE 2012 – GENNAIO 2021

Volontaria Psicologa _ Centro di ascolto Caritas Parrocchiale

Centro Ti Ascolto _ Via Santa Margherita, 3 Torre Boldone (BG)

Colloqui individuali di ascolto, sostegno psicologico e orientamento ai servizi del territorio con utenti adolescenti, adulti e anziani.

Formazione degli operatori volontari del Centro.

NOVEMBRE 2018 – MARZO 2019
(300 ORE)

Tirocinante _ Master II livello in Psicologia dell'invecchiamento e della longevità

Fondazione Casa di Ricovero Santa Maria Ausiliatrice ONLUS _ Via Monte Gleno, 49 Bergamo

Affiancamento del tutor psicologo nelle attività di valutazione e riabilitazione neuropsicologica, formazione del personale interno, gestione di gruppi di auto-mutuo aiuto costituiti da caregiver di persone con demenza, discussione di casi clinici in riunioni d'équipe multidisciplinari.

OTTOBRE 2012 – GIUGNO 2014

Volontaria Progetto Leva Civica**Biblioteca Centro Cultura_Piazza Italia, Nembro (BG)**

Creazione e gestione di progetti per il coinvolgimento di adolescenti nelle attività della biblioteca. Svolgimento di attività ricreative rivolte a utenti 0-14 anni, quali laboratori pratico-manipolativi e teatrali. Sviluppo e somministrazione di questionari di gradimento dei servizi bibliotecari. Attività di front office.

OTTOBRE 2013 – GIUGNO 2014

Collaborazione _ Ambito scolastico**Scuola Media Statale Dante Alighieri_Via Gaetano Donizetti, 9 Torre Boldone (BG)**

Implementazione di intervento di educazione socio-affettiva nell'ambito del progetto "Sessualità e preadolescenza", promosso dal Comune di Bergamo in collaborazione con Ats Bergamo e Consultorio Diocesano, rivolto a utenti di Scuola Secondaria di I grado.

OTTOBRE 2012 – OTTOBRE 2013
(1000 ORE)**Tirocinante_Tirocinio Professionalizzante per Esame di Stato in Psicologia****Shinui - Centro di Consulenza sulla Relazione_Via Divisione Tridentina, 5 Bergamo**

Osservazione e discussione in équipe di percorsi di psicoterapia, di counseling e di mediazione familiare con singoli, coppie, famiglie e gruppi. Preparazione e promozione di interventi formativi connessi agli ambiti intercultura, migrazione, violenza di genere e mediazione familiare.

GIUGNO 2008 – SETTEMBRE 2008
(250 ORE)**Tirocinante_Tirocinio curricolare Psicologia Clinica****ASST Papa Giovanni XXIII - Centro per il Bambino e la Famiglia (CBF)_Via S. Martino della Pigrizia, 52 Bergamo**

Osservazione e discussione in équipe degli interventi psicologici, terapeutici e di mediazione familiare svolti dagli specialisti del Centro, rivolti a minori, famiglie e coppie in situazione di violenza, crisi evolutiva, stress post-traumatico. Visione e archiviazione delle relazioni diagnostiche.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

MAGGIO 2021 – GIUGNO 2021

Master Executive in Training Autogeno**APL- Associazione Psicologi Lombardia**

Apprendimento e applicazione del protocollo TA impiegabile in contesto clinico individuale e di gruppo per il controllo dello stress e dell'ansia, la cura di insonnia, emicrania, ipertensione, attacchi di panico e in generale nelle patologie in cui l'aspetto psicosomatico è rilevante.

OTTOBRE 2018 - OTTOBRE 2019

Master di II livello in Psicologia dell'Invecchiamento e della Longevità**Università degli Studi di Padova**

Progettazione di interventi di riabilitazione, potenziamento cognitivo e benessere psicologico; gestione di colloqui e presa in carico di caregiver dell'anziano; principali normative in materia di organizzazione dei servizi per anziani; valutazione multidimensionale dell'anziano.

Tesi master "La cura del caregiver familiare della persona con demenza: un progetto d'intervento all'interno di un servizio di assistenza domiciliare".
Relatore: Dott. Alex Soli

21-22 MARZO 2018

Corso formativo Virtual Dementia Tour®**Second Wind Dreams Roswell, Georgia presso Associazione Insieme A Te ONLUS**

Titolo di Facilitatore VDT®, percorso esperienziale volto alla formazione di familiari e operatori coinvolti nella cura della persona con demenza, per un approccio competente, consapevole ed empatico.

MARZO 2015

Iscrizione Albo Psicologi Lombardia (Sezione A, n. 17796)**Ordine degli Psicologi della Lombardia**

Titolo Professionale di Psicologo

LUGLIO 2014

Abilitazione professionale**Università Cattolica del Sacro Cuore Milano**

Esame di Stato per l'esercizio della professione di Psicologo.

OTTOBRE 2009 – LUGLIO 2012

Laurea Magistrale in Psicologia Clinica
Università degli Studi di Bergamo

Tesi di laurea "Il conflitto e la creatività: una relazione complessa. Analisi teorica ed empirica delle sue manifestazioni".

Relatore: Prof. Ugo Morelli_Votazione: 110/110 con lode

MAGGIO 2009 – SETTEMBRE 2009

Attestato di frequenza – Corso di formazione "Politiche di genere e pari opportunità tra donne e uomini"
Università degli Studi di Bergamo

Politica e il femminile, differenze di genere e cittadinanza, tecniche e strumenti per politiche di genere.

OTTOBRE 2005 – LUGLIO 2009

Laurea in Scienze e tecniche psicologiche delle relazioni interpersonali e delle organizzazioni sociali
Università degli Studi di Bergamo

Tesi di laurea "Mi scrivo, mi curo. L'autobiografia per incontrare e riprogettare se stessi"

Relatore: Prof. Alberto Zatti

Votazione: 102/110

SETTEMBRE 1998 – LUGLIO 2003

Diploma di maturità Liceo Socio-Psico-Pedagogico
Liceo socio-psico-pedagogico Paolina Secco Suardo_Bergamo

Votazione: 90/100

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre

Italiano

Altre lingue

Francese

Inglese

COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
B1	B2	A2	B1	B1
A2	B1	A1	A2	A1

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato

Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative e relazionali

Le esperienze lavorative e di volontariato mi hanno aiutata a sviluppare buone capacità empatiche, di ascolto attivo e di promozione di strategie per il benessere personale. Inoltre, buone abilità nella costruzione di alleanze professionali nell'ottica della condivisione di saperi, del confronto costruttivo e della generazione di interventi complessi.

Competenze organizzative e gestionali

Buone abilità di analisi, di pianificazione di attività, di coordinamento del personale e di lavoro in team. Buona capacità di gestione dello stress e di identificazione di soluzioni volte al superamento di situazioni critiche e conflittuali.

Competenze professionali

Buona capacità di conduzione di colloqui per la rilevazione di bisogni, risorse e abilità residue individuali e familiari; competenze nella costruzione di interventi per la promozione dell'autonomia e del benessere individuale, in particolare rivolti alla persona anziana e fragile. Buone abilità di supporto dell'individuo nelle fasi critiche della propria vita.

Competenze informatiche

Buona padronanza nell'utilizzo del pacchetto Microsoft OFFICE

Altro

Per anni ho affiancato studenti nello studio; recentemente ho svolto attività di formazione rivolta a caregiver e pianificato attività di stimolazione cognitiva: trovo molto soddisfacente supportare l'altro nella ricerca, costruzione ed espressione delle proprie abilità. Mi piace scrivere e amo leggere, in particolare storie di vita. Mi piace mettermi in gioco e pormi obiettivi di arricchimento, sia in ambito professionale sia personale.

Patente di guida

B, automunita

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel curriculum vitae ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).

Torre Boldone, 03/01/2022

