

# Curriculum Vitae Europass

## Informazioni personali

Nome(i) / Cognome(i) **Sara Tenca**  
Indirizzo(i)  
Telefono(i)  
E-mail  
Cittadinanza  
Data di nascita

## Istruzione e formazione

**DIPLOMA**

Date Settembre 1993- luglio 1998

Titolo della qualifica rilasciata Maturità classica

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione Liceo classico "C. Beccaria"  
Via Linneo,5 Milano

votazione 58/60

**UNIVERSITA'**

Date Ottobre 1998- giugno 2004

Titolo della qualifica rilasciata Laurea in Psicologia, vecchio ordinamento, indirizzo: Psicologia sociale e dello sviluppo

Tesi di laurea Tesi sperimentale in Psicologia sociale della famiglia  
Titolo: *I "figli del divorzio" in Spagna: primi risultati di una ricerca.*  
Argomento tesi: nella parte bibliografica ho esaminato la realtà della separazione e del divorzio in Spagna, in particolare in relazione ai possibili effetti sui figli legati alla rottura della coppia genitoriale. L'obiettivo della parte empirica è stato quello d'indagare gli effetti di cui sopra su un campione di giovani adulti spagnoli, studenti universitari, tra i 20 ed i 26 anni. La ricerca da me svolta in Spagna si inseriva in un progetto cross-nazionale ed è stata contemporaneamente condotta in Italia (Università Cattolica del Sacro Cuore) e Germania (Università di Monaco).

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione "Università Cattolica del Sacro Cuore"  
Largo Gemelli, Milano

Votazione 108/110

Esami specialistici sostenuti Psicologia dell'arte e della letteratura; Psichiatria; Criminologia; Psicologia giuridica;  
Teoria e tecniche dei test di personalità (test di Rorschach, scala Wais-R, Blacky Pictures).

Esperienze Pratico Guidate (E.P.G.) Psicologia dei gruppi (a.a. 2000/01) (studio del funzionamento e delle dinamiche di un gruppo di lavoro, presso il centro diurno Saman di Milano);  
Teoria e tecniche del colloquio psicologico (a.a. 2001/02) (osservazione dell'incontro tra bambino e genitore problematico in situazioni di separazione forzata e del colloquio con gli psicologi, presso il Centro Oasi di Locarno).

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	<b>SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE</b>
Date	17 Novembre 2005- 17 Dicembre 2009
Titolo	SPP- scuola di psicoterapia psicoanalitica individuale dell'adulto Via Pergolesi 27, Milano
	Iscrizione all'ordine degli psicologi della Lombardia come psicologa-psicoterapeuta in data: 20/04/2010
	<b>CORSI DI FORMAZIONE</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Primo e secondo livello del corso sul Test di Rorschach valutato secondo il Sistema comprensivo di Exner</i> presso l'ARP studio associato di Milano (gennaio-maggio 2005)</li> <li>- <i>Primo livello del corso IPT-Terapia psicologica integrata</i> c/o A.O. "G. Salvini" di Garbagnate Milanese (febbraio 2007)</li> <li>- Corso: "<i>Professione CTU nelle cause civili di separazione coniugale</i>", presso A.S.P. (Associazione Studi Psicoanalitici) di Milano; ciclo di seminari di formazione per consulenti tecnici nelle cause di separazione per l'affido dei figli.</li> <li>- Corso: "<i>Trattamento cognitivo comportamentale della depressione post parto</i>", c/o A.O. "G. Salvini" di Garbagnate Milanese (febbraio/maggio 2010)</li> <li>- Corso: "<i>sessualità e nuovi media</i>" 17/04/2014</li> <li>- Workshop: "<i>malesseri e disagi sul lavoro: quando il problema è il capo, quando è il collega, quando siamo noi. Approccio psicologico e legale</i>" tenutosi dal 04/01/2016 al 31/12/2016</li> <li>- Workshop. "<i>una giornata con l'adolescenza</i>" tenuto dall'ASP (Associazione Studi Psicoanalitici) il 18/6/2016</li> <li>- Seminario di training sulla DIT (dynamic interpersonal therapy)</li> <li>- <i>Psicoterapia borderline corso teorico/pratico sui disturbi di personalità di livello borderline</i></li> <li>- <i>Meeting Psicologia e Psicoterapia dell'infanzia.</i> 1/11/2022 Psicologia.io – 50 crediti ECM</li> </ul>
Formazione EMDR	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Primo livello del training in EMDR (eye movement desensitization and reprocessing), settembre 2013</li> <li>- Secondo livello del training in EMDR (marzo 2014). Nel workshop EMDR livello II viene approfondita l'applicazione dell'EMDR con disturbi di Personalità, nel trattamento delle dipendenze, dei disturbi del comportamento alimentare e di disturbi legati ad una traumatizzazione cronica.</li> <li>- Workshop: EMDR e ATTACCAMENTO 14/15 giugno 2014</li> <li>- Workshop: EMDR e DISTURBI ALIMENTARI 18 ottobre 2014</li> <li>- Convegno: "la dissociazione strutturale e il trattamento della traumatizzazione cronica con EMDR" 25/25 settembre 2016</li> </ul>
Formazione DCA e disturbi psicosomatici	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Il trattamento dei disturbi alimentari secondo il modello della terapia basata sulla mentalizzazione</i></li> <li>- <i>Famiglie e disturbi alimentari: dal senso del limite all'azione di cura condivisa.</i> 6/11/2022 Psicologia.io - 10 crediti ECM</li> <li>- <i>Disturbi del comportamento alimentare: diagnosi, diffusione, prevenzione.</i> Psicologia.io-2022</li> <li>- <i>Il corpo in psicoterapia.</i> Psicologia.io, 6/11/2022. 10 crediti ECM</li> <li>- <i>Pensare il corpo</i> (dott.ssa A. Lemma). Psicologia.io 2022</li> <li>- <i>La psicoterapia integrata della regolazione emotiva e psicosomatica.</i> Ciclo di seminari con il dr. Vincenzo Caretti. 19/05 – 20/10/2022. ASP associazione studi psicoanalitici.</li> </ul>
	<b>MASTER</b>
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Date 18 novembre 2017 - luglio 2018 Fondazione Minotauro, via Omboni 4 Milano
titolo	Prevenzione e trattamento delle dipendenze da internet in adolescenza

## TIROCINI

### Tirocinio post-laurea

Ho svolto l'intero anno di tirocinio, dal 15/9/2004 al 15/9/2005, presso gli Istituti Clinici di Perfezionamento di Milano, alla Clinica del lavoro, nel servizio di Neuropsicologia Occupazionale. Nei primi sei mesi ho appreso le tecniche di somministrazione e d'interpretazione dei seguenti test psicodiagnostici: M.M.P.I., Raven PM 38, Wartegg Reattivo di Disegno, 16 PF-5, STAXI, TAT, PURSUIT AIMING TEST, SANTA ANA MANUAL DOXTERITY TEST, BENTON V.R.T., REY, le scale di Wechsler ed alcuni questionari volti all'analisi dei sintomi riportati dai pazienti ed all'indagine ed all'approfondimento della loro condizione lavorativa. Nel secondo semestre ho osservato prima e condotto poi i primi colloqui clinico diagnostici finalizzati allo stabilire l'idoneità lavorativa o all'individuazione e valutazione di problematiche legate a mobbing e/o burn out.

### Tirocinio di specialità

- 01 Aprile 2005 - 31 Ottobre 2007: ho svolto i primi due anni di tirocinio di specialità presso il CPS ed il Centro Diurno di via Aldini (Mi) dipendente dall'ospedale L. Sacco dove svolgevo attività clinica, educativa e compivo valutazioni testistiche, per un totale di 492 ore.
- 16 Novembre 2007 - 16 Novembre 2009: ho svolto il tirocinio presso il CRA dell'UOP 62 di Bollate e presso il CPS di Cassina Nuova. Durante questo tirocinio ho condotto un gruppo terapeutico con pazienti psicotici, seguo pazienti nevrotici e psicotici attraverso colloqui psicologico-clinici o percorsi di psicoterapia individuale. Ho effettuato valutazioni testistiche. Ho partecipato regolarmente alle riunioni d'équipe. Ho fatto esperienza del funzionamento e dell'organizzazione del Dipartimento di Salute Mentale e dell'Unità Operativa di Bollate.

### Tirocinio master

- Il tirocinio prevedeva 32 ore svolte a Roma presso l'Ambulatorio per il trattamento della Dipendenza da internet e dei fenomeni di cyberbullismo del Policlinico Gemelli di Roma. Tale tirocinio ha previsto l'osservazione di gruppi di riabilitazione per gli adolescenti, di gruppi terapeutici per i genitori e la partecipazione alle prime visite ed ai momenti di intervizione e supervisione di casi clinici.
- Tirocinio residenziale di 30 ore presso la comunità di Villa Miralago – centro per la cura dei disturbi del comportamento alimentare, Cuasso al Monte, VA

## Esperienza professionale

Date	Settembre 1999-Giugno 2003
Lavoro o posizione ricoperti	<i>Educatrice</i>
Principali attività e responsabilità	Insegnante di pre-scuola e giochi serali educatrice di bambini con ritardi medio/gravi ed handicap fisici
Nome e indirizzo del datore di lavoro	CITY SERVICE, Cooperativa Sociale a.r.l., Via Isonzo, 2- 21052 - Busto Arsizio
Date	Settembre 2006 ad oggi
Lavoro o posizione ricoperti	<i>Psicoterapeuta, Attività libero professionale</i>
Principali attività e responsabilità	Attività clinica.
Nome e indirizzo luogo di lavoro	Studio privato, via Baranzate,67, Novate Milanese (MI) e in via Palestre,6 Milano
Date	Novembre 2006 al dicembre 2019
Lavoro o posizione ricoperti	<i>Psicoterapeuta, Attività libero professionale</i>

Principali attività e responsabilità	Attività clinica (colloqui clinici individuali, colloqui di sostegno alla genitorialità, psicoterapia individuale, psicoterapia di coppia) Corsi di sessualità ed affettività destinati a preadolescenti, adolescenti e giovani adulti Corsi di prevenzione ed educazione alla salute (bullismo, cyberbullismo, IAD e grooming) destinati ad adolescenti ed ai loro care giver (genitori e insegnanti) Corsi prematrimoniali per fidanzati
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Consutorio familiare del decanato di Bollate della fondazione "Fare Famiglia-onlus"
Date	Settembre 2007- luglio 2010
Lavoro o posizione ricoperti	Educatrice, attività libero professionale
Principali attività e responsabilità	Educatrice scolastica e assistenze domiciliari minori e handicap
Nome e indirizzo del datore di lavoro	cooperativa sociale CO.ESA, via Ippodromo 16, Milano
Date	Ottobre 2008 al 2013
Lavoro o posizione ricoperti	Psicologa, Attività libero professionale
Principali attività e responsabilità	Conduttrice di gruppi per genitori di sostegno alla genitorialità. Le tematiche affrontate in gruppo sono state legate alla gestione di situazioni di separazione-divorzio, a problematiche di tipo educativo, problematiche di tipo depressivo (postpartum) o disagi legati all'accettazione e gestione del nuovo ruolo e dell'identità genitoriale.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Cooperativa sociale onlus: "L'Isola che non c'è" Sede Legale: Via Borsellino e Falcone n. 29- Novate Milanese
Date	Febbraio 2010 ad oggi
Lavoro o posizione ricoperti	<i>Psicologa-psicoterapeuta, consulente</i>
Principali attività e responsabilità	Consulente per la diagnosi ed il trattamento di disturbi del comportamento alimentare. Lavoro in équipe con uno psichiatra, una psicologa ed una dietologa. Attività clinica ordinaria c/o CPS di Garbagnate UOP 41
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Azienda ospedaliera ASST Rhodense Viale Forlanini, 95 - 2024 Garbagnate M.se
Date	Marzo 2013 – Gennaio 2022
Lavoro o posizione ricoperti	<i>Psicoterapeuta attività libero professionale</i>
Principali attività e responsabilità	Attività clinica – attività di formazione
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Servizio di Psicoterapia Psicoanalitica, c/o SPP-Scuola di Psicoterapia Psicoanalitica, via Pergolesi 27, Milano
Date	Ottobre 2022
Lavoro o posizione ricoperti	<i>Psicoterapeuta attività libero professionale – Socia fondatrice</i>
Principali attività e responsabilità	Attività clinica – attività di formazione – attività di supervisione clinica
Nome e indirizzo luogo di lavoro	Studio associato di Psicologia e Psicoterapia Tenca Venturi, P.le Cadorna 11, Milano

**RICERCA PSICOLOGICA**

Data 12 Ottobre 2003 – 12 Giugno 2004

Borsa di studio "Socrates-Erasmus" per l'attuazione della ricerca sperimentale oggetto della mia tesi di laurea, condotta in Spagna c/o "Universidad Pontificia La Comillas" di Madrid

Data 2008 al 2015

Partecipante al gruppo di ricerca Kairòs, con sede nell'ASP (via Pegolesi 27, Milano) che conduce una ricerca di tipo qualitativo sul processo terapeutico. Basandosi sulla registrazione integrale dei trattamenti, utilizza l'approccio e la metodologia del Boston Process of Change Study Group (D. Stern 2003, the Boston CPSG 1988, 2005) sul cambiamento psicoterapeutico come processo co-costruito al livello del micro-scambio relazionale in seduta.

Data 16 Marzo 2009 – 16 Marzo 2010

Ho partecipato al gruppo di ricerca IRER attraverso l'utilizzo della scala HoNOS, presso il CPS dell'UOP 62 di Bollate per conto dell'ospedale Ca' Granda di Niguarda.

**Capacità e competenze informatiche**

Sistemi operativi: MS Windows  
Sistemi applicativi: Office  
Internet e Programmi Posta Elettronica  
Software Spss  
Database relazionale access con implementazione report  
Sistema informativo Psiche

**Capacità e competenze linguistiche**

	Comprensione		Parlato		Scritto
	Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale	
spagnolo	C1 Livello avanzato	C1 Livello avanzato	C1 Livello avanzato	C1 Livello avanzato	B2 Livello intermedio
francese	C1 Livello avanzato	C1 Livello avanzato	B2 Livello intermedio	B1 Livello intermedio	B1 Livello intermedio
inglese	B1 Livello intermedio	B1 Livello intermedio	B1 Livello intermedio	B1 Livello intermedio	A2 Livello intermedio

**Patente** Patente B

"Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e s.m. autorizzo alla pubblicazione dei miei dati sul sito Agenas"

Novate Milanese, il 24/02/2023

Firmato

Dr.ssa Sara Tenca