



## INFORMAZIONI PERSONALI

|                        |                                   |
|------------------------|-----------------------------------|
| <b>Nome</b>            | <b>ELISA FRIGERIO</b>             |
| <b>Indirizzo</b>       | VIA AI MONTI 3, 22038, TAVERNERIO |
| <b>Telefono</b>        | +393282321536                     |
| <b>Fax</b>             |                                   |
| <b>E-mail</b>          | elfrigerio@gmail.com              |
| <b>Nazionalità</b>     | Italiana                          |
| <b>Data di nascita</b> | 9 APRILE 1970                     |

## ESPERIENZA LAVORATIVA

### Attività in ambito clinico

- dal 2001 ad oggi  
Attività privata in studio: dal 2001 al 2006 a Milano (via Carpaccio 12) e Como; dal 2007 Studio di Psicoterapia a Como, via dei Partigiani 10, dal 2016 in via Giulini 3, dal 2022 in via Rezzonico 22.
- novembre 2023-febbraio 2024  
Corso per operatori dei Servizi e delle Comunità sull'affido. Avvio e conduzione di un gruppo di famiglie affidatarie. Associazione Arcobaleno, Siracusa.
- dal 2010 a settembre 2022  
Consulente presso Consultorio Icarus, vial Varese 83, Como in qualità di psicoterapeuta con particolare attenzione alle situazioni di tutela minorile, adolescenti e migranti e come formatore nelle scuole elementari, medie e superiori (in particolare Scuole Professionali e Comunità per Minori) in progetti di educazione all'affettività e prevenzione della violenza.
- 2005-2006  
Consulente del Progetto "Danzare al buio", corso di danza per non vedenti finanziato dalla Circoscrizione Como Centro.
- dal 2002 ad aprile 2005  
Consulente in qualità di psicologa presso la Casa di Riposo per Musicisti G.Verdi di Milano (200 ore annue).
- da maggio 1998 a settembre 1999  
Supervisione metodologica all'équipe di operatori, nell'ambito di un progetto Bassa Soglia - Riduzione del Danno, finanziato dalla Regione Lombardia, Como e realizzato in collaborazione con Comune di Como e Lila, Lega italiana Lotta contro l'AIDS.

### Attività di consulenza in ambito scolastico

- A.s 2020-2021  
2021-2022  
2022-2023  
2023-2024
- Psicologa Scolastica: Sportello di Ascolto presso Liceo Artistico Melotti, sede di Cantù e di Lomazzo (120 ore).
- A.s 2020-2021
- Psych-art: progetto di arte e parola per gli studenti del Liceo Artistico Melotti nell'ambito del progetto La Scuola d'estate (6 ore).
- dal 2010 a maggio 2022
- Corsi di formazione sull'educazione all'affettività e alla sessualità, sulle emozioni, sulla prevenzione della violenza nelle scuole Primarie (IV e V), Secondarie di Primo grado (II e III) e Secondarie di Secondo Grado (II anno prevalentemente) tramite la consulenza ad Icarus, Consultorio familiare di Como, Vial Varese 83.
- A.s 2007-2008
- Incontri sulla affettività e sulla sessualità per i genitori dei bambini della scuola materna e primaria presso Istituto Comprensivo Sassi, Renate e Briosco, "Il giardino delle emozioni e della vita".
- A.s 2006-2007, 2005-2006
- Corso di educazione sessuale per studenti di Scuola Secondaria di Primo grado, presso Istituto Comprensivo Sassi, Renate e Briosco.
- A.s 2005-2006
- Progetto sulle dinamiche del gruppo classe e supervisione casi, rivolto agli insegnanti di Erba delle scuole Secondarie di Primo e Secondo Grado. Presso Istituto Romagnosi, Erba
- A.s 2001- 2002
- Consulenza presso la Scuola Professionale Ripamonti in un Progetto di 'Educativa alla pari' rivolto agli studenti e finalizzato alla prevenzione del disagio e delle dipendenze (10 ore)

### Attività didattica in ambito universitario

- dall'A.a. 2003-2004 ad oggi
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità
- Professore a contratto** Laurea specialistica, indirizzo clinico, evolutivo e neuropsicologico: insegnamento: Psicologia delle emozioni (30 ore/36 ore).  
Università degli Studi di Pavia, Facoltà di Lettere e Filosofia, Corso di Laurea in Psicologia.
- Istruzione  
Professore a contratto  
Professore: docenza, esami di profitto, tutor di studenti in tirocinio, relatore di tesi di Laurea e commissioni di tesi di Laurea
- A.a. 2002-2003
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità
- Professore a contratto** Laurea triennale, indirizzo clinico, evolutivo e neuropsicologico: insegnamento: Psicologia dell'handicap e della riabilitazione (30 ore).  
Università degli Studi di Pavia, Facoltà di Lettere e Filosofia, Corso di Laurea in Psicologia.
- Istruzione  
Professore a contratto  
Professore: docenza, esami di profitto, tutor di studenti in tirocinio, relatore di tesi di Laurea e commissioni di tesi di Laurea
- A.a. 2006-2007, 2005-2006
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità
- Insegnamento:** Comunicazione e Relazione in Medicina, Ciclo di lezioni sulle emozioni, la comunicazione, lo stress e il burn-out, Università degli Studi di Milano, Facoltà di Medicina, Laurea in medicina, Laurea in ostetricia, Laurea in Biotecnologie mediche (20 ore).
- Istruzione  
docenza
- A.a. 2004-2005
- Insegnamento:** Comunicazione e Relazione in Medicina, Ciclo di lezioni sulle emozioni, la

|   |  |
|---|--|
|   | comunicazione, lo stress e il burn-out, Corso di laurea in Medicina, II anno (14 ore Università degli Studi di Milano, Facoltà di Medicina                               |
| • Tipo di azienda o settore             | Istruzione   |
| • Principali mansioni e responsabilità  | docenza  |
| • 11 e 18 aprile 2005                   | <b>Insegnamento:</b> Comunicazione e Relazione in Medicina, Seminario sulle emozioni, Corso di laurea specialistica in Riabilitazione Psichiatrica, I anno (4 ore)       |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Università degli Studi di Milano, Facoltà di Medicina  |
| • Tipo di azienda o settore             | Istruzione   |
| • Tipo di impiego                       |  |
| • Principali mansioni e responsabilità  | docenza  |
| • 5 e 6 aprile 2005                     | <b>Insegnamento:</b> Comunicazione e Relazione in Medicina, Seminario sulle emozioni, Corso di specializzazione in Terapia Fisica della Riabilitazione, III anno (6 ore) |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Università degli Studi di Milano, Facoltà di Medicina  |
| • Tipo di azienda o settore             | Istruzione   |
| • Tipo di impiego                       |  |
| • Principali mansioni e responsabilità  | docenza  |
| • 8 novembre 2004                       | <b>Insegnamento:</b> Comunicazione e Relazione in Medicina, Seminario sulle emozioni e sul lavoro in gruppo, Laurea specialistica in Biotecnologie Mediche (2 ore)       |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Università degli Studi di Milano, Facoltà di Medicina  |
| • Tipo di azienda o settore             | Istruzione   |
| • Tipo di impiego                       |  |
| • Principali mansioni e responsabilità  | docenza  |
| • A.a. 2001-2002                        | <b>Insegnamento:</b> Ciclo di lezioni sulla Psicologia delle emozioni per l'insegnamento di Psicologia generale (6 ore).   |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Università degli Studi di Pavia, Corso di Laurea in Psicologia   |
| • Tipo di azienda o settore             | Istruzione   |
| • Tipo di impiego                       |  |
| • Principali mansioni e responsabilità  | Docenza  |

**Attività didattica Post-Lauream in Ambito Universitario e in Scuole di Specializzazione**

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| • A.a. 2015-2016, 2014-2015 | <b>Docente,</b> Corso anno di Specializzazione in Psicoterapia individuale e di Gruppo COIRAG, ad indirizzo dinamico: titolarità del corso del I e II anno: Fondamenti di psicoterapia di gruppo.                |
| • A.a. 2013-2014            | Lezioni presso II anno di Specializzazione COIRAG, Fondamenti di psicoterapia di gruppo: collaborazione con Dott. ssa Corbella.  |
| • A.a. 2006-2007            | Seminario presso Riza Psicosomatica, Scuola Quadriennale di Psicoterapia: Clinica ed Emozioni (8 ore)  |
| • A.a. 2006-2007            | Incontro di supervisione casi presso Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Associazione Psicoterapia di Gruppo (6 ore).   |
| • A.a. 2002-2003            | Ciclo di lezioni per l'insegnamento di Psicologia dell'Handicap e della Riabilitazione (Bambini, Adulti, Anziani), IV anno, (14 ore), Università degli Studi di Pavia, Scuola di Specializzazione Ciclo di Vita. |

• A.a. 2001-2002 Ciclo di lezioni per l'insegnamento di Psicologia dell'Handicap e della Riabilitazione (Bambini, Adulti, Anziani), IV anno (14 ore), Università degli Studi di Pavia, Scuola di Specializzazione Ciclo di Vita.

• A.a. 2001-2002 Professore a contratto, Scuola di Specializzazione Ciclo di Vita, III anno: (20 ore)  
Insegnamento: Psicologia delle emozioni. Università Milano-Bicocca, Facoltà di Psicologia.

### **Attività didattica in corsi di formazione**

• dal 2015 al 2019, 2022, 2023, 24 Corsi su varie tematiche della psicologia presso Università della Terza Età, Cantù.

• 2013, 2014, 2019  
2024 Collaborazione con Anteas e Auser per docenze su relazioni di aiuto con i volontari del servizio trasporto.

• 2001 Collaborazione con il C.F.P di Rozzano in qualità di docente, per l'attuazione di un corso di formazione all'interno di un progetto di reinserimento lavorativo di soggetti svantaggiati, Insegnamento: competenze trasversali (20 ore).

• 2001 Collaborazione con O.N.A.P.L.I. di Milano, in qualità di docente nelle materie inerenti la comunicazione, nella realizzazione del corso, finanziato dal FSE, per Help Desk Operatori di Call Center (85 ore).

• 1 giugno 2001 Intervento di Formazione dal titolo 'La decisione ed il conflitto nel lavoro di équipe' presso l'équipe del Centro Bassa Soglia di Como (5 ore).

• da maggio 1996 a settembre 1999 Conduzione di gruppi e Corsi di formazione per operatori e volontari presso la Lega italiana Lotta contro l'Aids di Como:

- corsi di primo livello di Counselling rivolti a volontari ed operatori del centralino telefonico;
- corsi avanzati di Counselling per operatori;
- corsi 'Base' di formazione sulla prevenzione dell'Aids e delle malattie a trasmissione sessuale rivolti a volontari, studenti, popolazione generale;
- corsi per operatori di unità mobile;
- corso di formazione per volontari dell'assistenza domiciliare;
- corso 'Formare i Formatori' per responsabili di Progetti.

• 1998 Incontri di formazione per persone anziane sull'invecchiamento, a Milano, Segrate, Rozzano, organizzate da Ager, Associazione per la ricerca geriatrica e lo studio della longevità.

### **Attività professionali in progetti mirati**

• da giugno '97 a febbraio '98 Operatrice di Strada, nell'ambito del Progetto Cittadino di Unità Mobile, promosso dal Comune di Milano e dalla Regione Lombardia, in convenzione con la Lega italiana Lotta contro l'Aids, sede di Milano, in collaborazione con le U.S.S.L.38 e 41 di Milano.

• da Gennaio '97 a Maggio '97 Responsabile dell'Area Riduzione del Danno, presso la Lega italiana lotta contro l'Aids, sede di Como.

• da Maggio '96 a Maggio '97 Responsabile dell'Equipe degli Operatori di Strada, nell'ambito del Progetto di Unità Mobile promosso dal Comune di Como in collaborazione con la Lega italiana lotta contro l'Aids, sede di Como.

• da Maggio '95 a Maggio '97 Operatrice di Strada, nell'ambito del Progetto di Unità Mobile promosso dal Comune di Como in collaborazione con la Lega italiana lotta contro l'Aids, rivolto alla prevenzione del virus Hiv e delle MTS presso la popolazione tossicodipendente attiva.

### **Altre attività lavorative**

• da Luglio '96 a Dicembre '96 Operatrice presso la Casa di Riposo di Appiano Gentile (Como): assistenza a persone affette dal Morbo di Alzheimer;

- Marzo/Giugno '93 Educatrice, assistenza domiciliare a minori a rischio, in collaborazione con il Servizio di Assistenza Sociale dell'U.S.S.L. 15
- Anno Scolastico '92/93 Educatrice presso il Centro di Aggregazione Giovanile di Civenna (Como), promosso dall'Assessorato ai Servizi Sociali del Comune di Civenna in collaborazione con il Servizio di Assistenza Sociale dell'U.S.S.L. 15.
- Luglio '90 Educatrice in Centro Estivo con bambini di età compresa tra i 6 e gli 11 anni, ad Erba (Como).
- Luglio/Agosto '89 Operatrice presso la Casa di Riposo di Cantù (Como). Assistenza a persone non autosufficienti,
  
- dal 1986 al 1990 **Volontariato**  
Volontariato presso Canile ENPA, Como
- Anno 1987/88/89 Assistenza a bambini disabili e con handicap psichici medio gravi presso l'Istituto Medico Pedagogico "Villa Santa Maria" di Tavernerio (Como).  
Settimana di vacanza Aism (Associazione italiana Sclerosi Multipla) all'Aprica, assistenza a persone con Sclerosi Multipla.  
Holiday Home per persone con Sclerosi Multipla, anziane e con diverse patologie fisiche e/o psichiche. Leuchie (Scozia).
- Agosto 1990, luglio 1991
- Settembre 1991
- Settembre 1995
  
- Estate 2016 Mensa di San Eusebio, Como, preparazione e distribuzione pasti in occasione dell'afflusso di migranti presso la stazione San Giovanni
  
- 2017 al 2021 Refugees Welcome, sezione di Como: interventi di accompagnamento, selezione e chiusura percorso.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 1990-1996 Laurea in Psicologia Clinica e di Comunità con voto 110 e lode. Titolo della tesi: "Educazione sessuale e prevenzione dall'Aids: una ricerca sugli atteggiamenti degli insegnanti"; relatore: Prof. Erminio Gius, relatore esterno, Prof.ssa Ines Testoni  
Università degli Studi di Padova  
26 esami tra cui: psicologia generale, neuropsicologia, statistica, biologia, psicologia clinica, teoria e tecnica di gruppo, psicologia sociale, psicologia di comunità: media complessiva dei voti: 30/30  
Psicologa con indirizzo clinico e di comunità
- Nome e tipo di istituto di istruzione  
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
  
- 1997 Corso di Perfezionamento "Le Dipendenze Patologiche", diretto dalla Prof. Fava Vizziello.  
Università degli Studi di Padova  
Un anno di approfondimento relativo alle diverse forme di dipendenze da sostanza con lezioni di tipo teorico, seminari clinici e training: relazione finale su progetti di riduzione del danno.
- Nome e tipo di istituto di istruzione  
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
  
- 1999-2000 Visiting Junior Fellow  
Perception Lab (perceptionlab.com), School of Psychology, University of St. Andrews, Scozia.  
Approfondimento teorico, metodologia e sul campo nell'ambito dello studio del riconoscimento delle espressioni facciali delle emozioni: tutor del lavoro svolto Professor David Perrett
- Nome e tipo di istituto di istruzione  
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
  
- 1998-2001 Dottorato di Ricerca XIII Ciclo, titolo della tesi: "La percezione delle espressioni facciali delle emozioni negli alcolisti". Responsabile del Dottorato Prof. Adriano Pagnin.  
Università degli Studi di Pavia. Sede del Dottorato: Istituto di Psicologia - Facoltà Medica Milano. Direttore: Marcello Cesa-Bianchi e Perception Lab; School of Psychology, St. Andrews.  
Le emozioni, il riconoscimento delle espressioni facciali delle emozioni; la comunicazione medico-paziente; l'invecchiamento normale e patologico. Metodologia della ricerca e utilizzo di computer graphic per l'elaborazione di immagini  
Ph.D.(Dottore di Ricerca)
- Nome e tipo di istituto di istruzione  
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
  
- 2002-2005 Assegno di ricerca dal titolo "La componente non verbale nella comunicazione delle emozioni: volti, corpi, suoni"  
Istituto di Psicologia della Facoltà Medica, Milano.  
Psicologia delle emozioni, psicologia dell'invecchiamento e studio dell'effectiveness della psicoterapia e degli interventi formativi.
- Nome e tipo di istituto di istruzione  
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

- A.a 2001 - 2002
- Nome e tipo di istituto di istruzione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Borsa di ricerca

Istituto Scientifico Eugenio Medea – La Nostra Famiglia di Bosisio Parini (Lc)  
Le emozioni in soggetti con Sindrome di Williams

- A.a 1999 - 2004

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia confederata C.O.I.R.A.G (Confederazione di Organizzazioni Italiane per la Ricerca Analitica sui Gruppi, Scuola Quadriennale riconosciuta con D.M. 31.12.93), training A.P.G. (Associazione Psicoterapia di Gruppo) con voto 50/50. Titolo della tesi: "ViVa Verdi: alla ricerca della "v", della vecchiaia e dello psicologo perduti". Relatore: Dott. Tagliagambe.

- Nome e tipo di istituto di istruzione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

APG (Associazione Psicoterapia di Gruppo), Milano, www.apgrupo.net

Formazione sia alla psicoterapia analitica che alla conduzione di gruppi ad orientamento dinamico. Le supervisioni e le attività di tirocinio permettono di articolare tale conoscenza in contesti clinici, formativi, produttivi, educativi, sanitari sia in contesti pubblici che privati. Psicoterapeuta individuale e di gruppo

- Qualifica conseguita

Culture della materia, Insegnamento Psicologia Generale, Prof.ssa Cioffi  
Facoltà di Psicologia, Università Milano-Bicocca.

- A.a 2001 - 2002

Culture della materia, Insegnamento Teoria e Tecniche di Gruppo, Prof.ssa Corbella  
Facoltà di Psicologia, Università Milano-Bicocca.

- A.a 2004/2005 – 2005/2006 – 2006/2007

Counselor presso il Servizio di Counseling e di Aiuto per gli studenti dell'Università di Milano.  
Istituto di Psicologia della Facoltà Medica

- A.a 2005/2006

Partecipazione a oltre 100 convegni e seminari

- dal 1993 ad oggi

Tra cui 2021 Life Skill Training, Livello Base, Regione Lombardia  
e 2022 EMDR livello 1 e 2 e Facilitatore in Mindfulness

Autrice di diverse pubblicazioni su riviste nazionali e internazionali

- 2000-2007

Analisi didattica a orientamento dinamico con la dott.ssa Silvia Corbella

- 1999-2001-2002-2003

Tirocinio di specialità (400 ore) presso il C.P.S. 13 via Fantoli 7, 1° Clinica Psichiatrica.  
Referente Dott. A. Giannelli.

- 2002-2003

Osservazione partecipante (2 anni) in un gruppo di psicoterapia condotto dal Dottor F. Tagliagambe (vicepresidente APG, collaboratore CART – Centro Assistenza e Ricerche Tossicodipenze)

**CAPACITÀ E COMPETENZE**

**PERSONALI**

MADRELINGUA

ITALIANO

**ALTRE LINGUA**

**INGLESE**

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

Eccellente

Eccellente

Eccellente

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI**

Ottime capacità e competenze relazionali acquisite grazie ai percorsi formativi e professionali e ad un'analisi personale di psicoterapia ad indirizzo analitico durata sette anni. Il lavoro in equipe, l'osservazione partecipante prevista dal mio training, l'attività di supervisione e formazione mi hanno permesso di acquisire la capacità di lavorare nei e con i gruppi, di individuarne le dinamiche permettendo di migliorare il livello di benessere e di performance

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Ottima competenza organizzativa e ottima capacità di ideare e stendere e attuare nuovi progetti a partire dalle osservazioni fatte e di verificare l'effectiveness del lavoro svolto sia in itinere che alla conclusione

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

Ottima conoscenza del pacchetto Office e dei programmi di analisi dei dati quali SPSS. Buona esperienza nell'ambito della computer graphic. Ottima capacità nella ricerca e nell'utilizzo del web.

Buona capacità di progettare ed eseguire siti web.

CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE

Suono la chitarra ed il sax ad un livello amatoriale. Mi piace molto leggere e scrivere.

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Ho giocato per anni a basket. Amo gli animali, in particolare i cani. Mi piace fare escursioni in montagna di difficoltà anche alpinistica e recentemente mi sono appassionata alle e-mtb.

PATENTE O PATENTI

A (valida solo per l'Italia) e B

**CONCORSI IDONEITÀ ATTESTAZIONI COMMISSIONI**

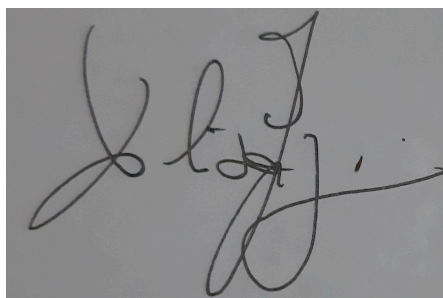
- 1997 Abilitazione all'esercizio della professione di Psicologo;
- 2001 Iscrizione all'Albo Professionale degli Psicologi della Lombardia (numero 6024);
- 2004 Iscrizione all'Albo degli Psicoterapeuti ai sensi dell'art. 3 della Legge n.56/89
- 2022 Iscrizione nell'elenco di EMDR Italia e Europe Association come terapeuta formata in EMDR

- dal 12 ottobre 2021

Assessora ai Servizi Sociali, abitativi e volontariato sociale del Comune di Tavernerio

Ho 4 figli di cui 2 in affido, la prima di origini ghanese, la seconda di origini marocchine.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali"

A handwritten signature in black ink on a grey background. The signature is stylized and appears to be 'L. G. J.' followed by a long horizontal stroke.