

# Curriculum Vitae

Federico Terreni

Via Baragiola 17

21050 Gorla Maggiore (VA)

Tel: 338 9728630

Email: federico.terreni@outlook.it



---

<b>Data e Luogo di nascita:</b>	2 settembre 1995 – Busto Arsizio, VA (Italia)
<b>Sesso:</b>	Maschile
<b>Cittadinanza:</b>	Italiana
<b>Istruzione e Formazione</b>	<p>2014 Diploma di Maturità presso <b>Liceo Scientifico Marie Curie</b> di Tradate</p> <p>2015 Borsa di studio per meriti sportivi presso <b>Young Harris College</b>, Georgia, USA <b>Facoltà di psicologia</b></p> <p>2016-2018 Laurea triennale presso <b>Università Ecampus facoltà di scienze e tecniche psicologiche</b>. Votazione 100 Titolo tesi: “La psicologia nel tennis”</p> <p>2019-2020 Laurea magistrale presso <b>Università Ecampus facoltà di psicologia clinica e dinamica</b>. Votazione 105 Titolo tesi: “La fase di transizione dalla tarda adolescenza alla prima età adulta”</p> <p>2021 Master in psicologia dello sport e tecniche di preparazione mentale presso MIND ROOM.</p>
<b>Esperienze lavorative</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirocinio curricolare presso Tennis Club Gallarate da aprile a luglio 2018, affiancamento del Responsabile area mentale Federazione italiana tennis, Dott. Antonio Daino</li> </ul> <p>Attività oggetto del tirocinio: approccio allo svolgimento di un intervento di empowerment e di training formativo con atleti e tecnici, gestione del processo di analisi della domanda, impostazione di un progetto d'intervento e relativa implementazione per raggiungere obiettivi pre figurati. Ricerca in letteratura di materiali ad hoc, somministrazione di test e interviste sulla sperimentazione sul campo di esercitazioni specifiche finalizzate al miglioramento dell'atteggiamento mentale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirocinio curricolare presso Alte Grone Club ASD da novembre a marzo 2019-2020 affiancamento del Responsabile area mentale Federazione italiana tennis, Dott. Antonio Daino</li> </ul> <p>Attività oggetto del tirocinio: ricerca riguardanti il contesto scolastico, la psicologia dello sport e dell'attività motoria; creazione questionario qualitativo e quantitativo per indagare i benefici dello svolgimento dell'attività scolastico motoria sulla formazione della persona.</p>

<p><b>Capacità e Competenze personali</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirocinio post lauream presso Studio di Psicodramma SAS Milano. Primo semestre. Ottobre 2020-aprile 2021. Tutor dott. Ivan Togni</li> </ul> <p>Attività oggetto del tirocinio: partecipazione ad un gruppo formativo ad orientamento psicodrammatico osservando e analizzando i riferimenti sia a livello di dinamica intrapsichica che di dinamica interpersonale. Partecipazione a un gruppo di osservazione lineare di videoregistrazioni di sessioni di psicodramma rivolti a pazienti che seguono percorsi di psicodramma.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tirocinio post lauream presso MIND ROOM SRL Varese. Secondo semestre. Aprile 2020-ottobre 2021. Tutor dott.ssa Valeria Resta</li> </ul> <p>Attività oggetto del tirocinio: il progetto di tirocinio afferente alla psicologia sociale è centrato su aspetti riguardanti la progettazione ed erogazione di interventi sia nell'ambito aziendale (risorse umane) sia nel settore sportivo (psicologia dello sport). Coinvolgimento nei progetti attraverso la partecipazione a riunioni di brainstorming, momenti di confronto con il tutor e i colleghi, realizzazione del materiale d'aula, osservazione diretta e lettura critica dei dati, correlazioni tra i dati.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Consigliere comunale di maggioranza con deleghe allo sport e alle politiche giovanili dal 2020 nel gruppo fareComune con Pietro Zappamiglio sindaco. Presso Gorla Maggiore (VA)</li> <li>- Presidente consulta sport comune di Gorla Maggiore dal 2020</li> <li>- Interventi come docente di psicologia presso il Gruppo Speranza Gorla (Università della terza età)</li> <li>- Figura di Sparring partner a giocatori di tennis professionisti e di seconda categoria dal 2015 al 2021</li> <li>- Lezioni di tennis individuali e a gruppi dal 2014 al 2021</li> <li>- Foto modello per catena negozi di abbigliamento ISHUE (TO) 2020</li> <li>- Campione regionale di tennis under 16 a squadre con il Tennis Club Treviglio</li> <li>- Partecipazione a tornei di tennis nazionali, internazionali e campionati italiani</li> <li>- Partecipazione al campionato a squadre di tennis nazionale di serie B e C</li> </ul>
---	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partecipazione al campionato universitario americano NCAA di tennis con Young Harris College</li> <li>- Vincitore di diversi titoli in tornei open nazionali di tennis</li> <li>- Miglior classifica di tennis italiana raggiunta: 2.4</li> </ul>
<b>Madrelingua:</b>	
<b>Lingue Straniere:</b>	Italiana
<b>Capacità e Competenze informatiche:</b>	<p>Inglese ben parlato, scritto e compreso. Un anno di università negli USA Conoscenza scolastica lingua francese</p> <p>Buona conoscenza del computer e del pacchetto Office, in particolare Word.</p>
<b>Attestati e Certificazioni:</b>	<p>2014 Superamento SAT TEST, per ammissione a università americane</p> <p>2014 Superamento TOEFL TEST lingua inglese</p> <p>2018 Attestato di formazione sulla sicurezza sul lavoro "Lavoratori-formazione generale"</p>
<b>Capacità e Competenze Relazionali/ Sociali:</b>	Buone capacità relazionali, disponibilità a lavorare in team, buona capacità di apprendimento, motivato, flessibile e in possesso di buona dialettica.
<b>Patente:</b>	Patente di guida B Automunito
<b>Hobby:</b>	Tennis, palestra, calcio
