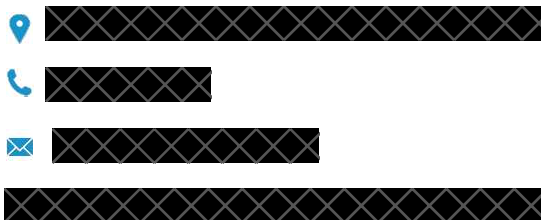


## MARIA CHIARA CRIPPA



Psicologa, specializzata in Psicologia dello Sport  
Psicoterapeuta in formazione  
Tecnico della Federazione Italiana Sport Orientamento (FISO)

### ESPERIENZA PROFESSIONALE

#### • PSICOLOGA e PSICOLOGA DELLO SPORT

Gennaio 2022 – in corso

##### Studio privato presso il Centro Liberamente di Alzano L.do (BG)

Colloqui individuali di consulenza e sostegno psicologico a giovani adulti ed adulti in difficoltà.  
Tematiche: disturbi dell'umore, ansia e stress, difficoltà relazionali e affettive.  
Mental training e supporto per atleti di settori giovanili, professionisti ed olimpionici.

Gennaio 2020 – in corso

##### Psicologa e psicologa dello sport presso il Centro Medico Fisioterapico Metodo Punzo (BG)

Supporto psicologico e mental training per atleti dei settori giovanili ed atleti professionisti soprattutto di sport di Endurance. Consulenza, sostegno e supporto psicologico individuale.

Gennaio 2019 – Gennaio 2021

##### Psicologa dello Sport presso College Mezzofondo di Varese (FIDAL Lombardia)

Progetto in collaborazione con FIDAL/Comitato Regionale Lombardo e Università degli Studi dell'Insubria di Varese. Attività di preparazione mentale e supporto psicologico per gli atleti partecipanti al progetto College.

Novembre 2014 – in corso

##### Psicologa e psicologa dello sport presso il Centro Medico Polispecialistico Cab Polidiagnostico (LC)

Supporto psicologico e mental training con atleti. Coaching per tecnici. Interventi di formazione e consulenza presso società sportive.

Consulenza, sostegno e supporto psicologico individuale

Organizzazione e conduzione di serate informative sui temi del benessere psicologico e della salute mentale

#### • DOCENTE

Settembre 2020-in corso

##### Docente a contratto presso la Facoltà di Psicologia, Corso di laurea in scienze dell'attività motorie e sportive, Università Telematica eCampus

Docente titolare del corso "Psicologia generale e dell'attività fisica"

Gennaio 2017 -in corso

##### Docente a contratto del Master Universitario "A Scuola Oggi" e del Master di perfezionamento in psicologia scolastica, Università Telematica eCampus

Docente titolare del corso "Stili di pensiero e stili di apprendimento"

- Gennaio 2017 – in corso **Formatore 2° livello della Federazione Italiana Sport Orientamento (FISO)**  
Attività di docenza area "Sport Science" sui temi psico-pedagogici nei corsi per allenatori di 1° e 2° livello organizzati dalla Federazione
- Aprile 2016 – in corso **Docente del Master di Psicologia dello Sport Mindroom srl**  
Docenza sul tema della motivazione e del goal setting
- Gennaio 2016 – in corso **Docente Regionale della Scuola dello Sport CONI Lombardia**  
Attività di docenza area "Sport Science" sui temi psico-pedagogici nei corsi di formazione per allenatori ed istruttori di FSN, EPS, DSA, Coni Provinciale e Regionale  
Relatore in convegni e seminari di promozione della cultura sportiva
- Settembre 2019- Giugno 2022 **Docente- Esperto esterno di psicologia dello sport presso IIS G.Cardano (MI)**  
Attività di docenza in psicologia dello sport e del benessere per le classi del triennio del Liceo Sportivo, Scientifico, Scienze umane e indirizzi tecnici dell'istituto.
- Febbraio 2015 – in corso **Formatore dell'Equipe SPAEE (Servizio di Psicologia dell'Apprendimento e dell'Età Evolutiva) dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano**  
Attività di formazione sui temi della dimensione fisico-corporea nei processi di apprendimento, della metacognizione nell'apprendimento, del metodo di studio, della motivazione e delle dinamiche relazionali docente-discente nei processi di apprendimento

## • TECNICO SPORTIVO

- Gennaio 2019 – in corso **Allenatore 2° livello**  
Allenatrice della Squadra Nazionale Juniores di Corsa Orientamento dal 2019 al 2022.  
Aiuto allenatore della Squadra Nazionale Juniores di Corsa Orientamento dal 2016 al 2018.  
Organizzazione e gestione logistica di training camp a livello nazionale; gestione tecnica di allenamenti per la squadra regionale giovanile lombarda di Orienteering dal 2016.
- Gennaio 2016 – in corso **Tracciatore di 2° e 3° livello**  
Organizzazione, gestione e tracciamento dei percorsi di orienteering per lo svolgimento di gare regionali, nazionali e internazionali.
- Gennaio 2013 – Dicembre 2016 **Istruttore**  
Organizzazione e gestione di progetti di orienteering nelle scuole primarie e secondarie di primo e secondo grado, nei camp estivi, in attività di team building per aziende.

## • ATLETA

- Gennaio 2005 – in corso **Atleta agonista nello sport Corsa Orientamento (FISO)**
- Gennaio 2007 – Dicembre 2009 **Atleta della Nazionale Juniores di Corsa Orientamento**  
Partecipazione ai Mondiali Juniores (JWOC) in Svezia nel 2008 e in Italia nel 2009  
Partecipazione a gare internazionali con la rappresentativa Nazionale (es. Eurometing; Latinum Certamen).
- Gennaio 2010 – Dicembre 2014 **Atleta della Nazionale Assoluta di Corsa Orientamento**  
Partecipazione a raduni della squadra nazionale e a gare internazionali con la rappresentativa azzurra (es. Eurometing, Latinum Certamen)

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Settembre 2018 – Ottobre 2022 | <b>Scuola di Psicoterapia Integrata di Bergamo</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Marzo 2019 – Luglio 2022      | <b>Tirocinio di scuola di Psicoterapia</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Servizio Minori e Famiglia Comune di Clusone (BG) - Valutazione psicologica di minori, valutazione capacità genitoriali, supporto alla genitorialità e al minore (2019/2020)</li><li>- Consultorio Familiare di Clusone – colloqui di supporto psicologico a utenti del consultorio (2021)</li><li>- Scuola di Psicoterapia Integrata Bergamo – osservazione colloqui clinici, interviste di gruppo (2022)</li></ul> |
| Aprile 2017 – Maggio 2017     | <b>Corso HRV Biofeedback (variabilità cardiaca)</b><br>BFE – Biofeedback Federation Europe<br>Rilevazione ed analisi tramite software delle misure HRV e training HRV biofeedback per l'ottimizzazione della performance e per il recupero da post-infortunio                                                                                                                                                                                                                                           |
| Settembre 2016-Febbraio 2017  | <b>Corso base ed avanzato in Biofeedback</b><br>ASP- Associazione Italiana Psicologi<br>Utilizzo delle tecniche di intervento con Biofeedback per la gestione dello stress e l'ottimizzazione delle performance                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Giugno 2015                   | <b>Corso di formazione Valutazione ed intervento sulle abilità di studio: progetto AMOS – adolescenti ed adulti</b><br>Centro Studi Erickson<br>Motivazione e studio in adolescenti ed adulti. Presentazione e uso della batteria AMOS                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Ottobre 2014                  | <b>Iscrizione all'Albo Professionale degli Psicologi Regione Lombardia</b><br>OPL (Ordine degli Psicologi della Lombardia) - N. iscrizione 03/17418)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Gennaio 2014-Novembre 2014    | <b>Master 1 livello in Psicologia dello Sport</b><br>Demichelismindroom srls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Novembre 2013-Aprile 2014     | <b>Tirocinio post laurea magistrale</b><br>SPAEE (Servizio di Psicologia dell'Apprendimento e dell'Età Evolutiva), Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano in collaborazione con la SRdS CONI LOMBARDIA<br>Attività di ricerca sul tema del <b>drop-out sportivo</b> in età adolescenziale in collaborazione con la Scuola dello Sport del Coni Lombardia                                                                                                                                        |
| Ottobre 2013                  | <b>Laurea Magistrale in Psicologia dello Sviluppo e della Comunicazione</b><br>Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. Votazione 110/110 con lode                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

## PUBBLICAZIONI

- Cantoia, M., Crippa, M.C., Simoncelli, C. (2022). *L'empowerment personale e di gruppo attraverso lo sport*. In A. Antonietti, C. Valenti (a cura di), Skill Training (pp. 15-34). Milano: Franco Angeli
- Cantoia, M., Crippa, M.C., Simoncelli, C., & Vagli, M (2020). Raccontare lo sport tra parole immagini. *Psicologia dello sport e dell'esercizio fisico*. In press
- Robazza C, Izzicupo P, D'Amico MA, Ghinassi B, Crippa MC, Di Cecco V, et al. (2018). Psychophysiological

responses of junior orienteers under competitive pressure. *PLoS ONE* 13(4):e0196273. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0196273>

- Cantoia, M., Crippa, M.C., Simoncelli, C., & Vagli, M. (2017) (a cura di). *Vivere lo sport. Motivazione e benessere*. New York: PSYPRINT (CreateSpace Independent Publishing).
- Cantoia, M., Crippa, M.C., Simoncelli, C., & Vagli, M. (2015). Motivazioni alla pratica e all'abbandono sportivo di atleti adolescenti. *Giornale Italiano di Psicologia dello Sport*, 22, 23 – 34.
- Serra Zanetti A., Serra Zanetti A., Crippa M.C., Daino A. (2015). La gestione delle pause tra un punto e l'altro: differenze tra junior e pro. *Movimento*, 30, 35-43.
- Crippa M.C. (2014). Bambini e Sport. *Scuola Materna*, 7, 7 . Ed. La Scuola.
- Crippa M.C. (2014). L'Orienteering nella scuola: quando la natura diventa palestra didattica. *Psicologia e Scuola*, 33, 1-8, Ed. Giunti Scuola

## RELATRICE A CONVEGNI

- Presentazione "SmuovilaScuola: il movimento nella scuola" – VI Convegno Psicologia e Scuola (in classe ho un bambino che) – Università Cattolica di Milano, 8-9 Febbraio 2019
- Crippa M.C., Cantoia M., Simoncelli C., & Vagli M., Il varco del guado: fattori discriminanti la continuità della pratica sportiva tra la preadolescenza e l'età adulta. XXI Congresso Nazionale AIPS 2016, Bologna (BO) 27-29 maggio 2016.
- Vagli M., Cantoia M., Crippa M.C., & Simoncelli C., Il diario delle emozioni: un intervento blended con Whatsapp, XXI Congresso Nazionale AIPS 2016, Bologna (BO) 27-29 maggio 2016.
- Simoncelli C., Cantoia M., Crippa M.C., & Vagli M., Parlare di sport: codici espressivi a confronto, XXI Congresso Nazionale AIPS 2016, Bologna (BO) 27-29 maggio 2016.
- Cantoia M., Crippa M.C., Simoncelli C., Vagli M., Riva M., Indicatori di predizione della motivazione allo sport in ragazze adolescenti. XX Congresso Nazionale AIPS 2014, Rovereto (TN) 23-25 maggio 2014

## ATTIVITA' DIVULGATIVA

- Pubblicazione su Gazzetta Active di articoli su temi della psicologia dello sport applicata (elenco articoli pubblicati: <https://www.mariachiaracrippa.com/articoli-dal-web>)
- Pubblicazione articoli sui temi della psicologia dello sport e della psicologia del benessere sul proprio sito personale – sezione blog (<https://www.mariachiaracrippa.com/blog>)

## ALTRE COMPETENZE

|                     |                                                                                                                                                     |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lingua madre        | italiano                                                                                                                                            |
| Altre lingue        | Inglese ottimo (attestato di livello B2)                                                                                                            |
| Competenze digitali | Pacchetto Office – utente intermedio<br>Software SPSS per analisi statistiche – utente intermedio<br>Strumentazione Biofeedback – utente intermedio |
| Patente di guida    | Patente di guida B                                                                                                                                  |

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"  
Cumo, 09/02/2023

Cumo, 26/05/2023

