

Provider: Ecotarget Srl

ID 341 – Ed.1

Segreteria Organizzativa: ECOTARGET S.r.l.

Titolo:

Abitare il lavoro: stare bene nel lavoro che cambia

Sede: 13,30-19,00 c/o Hotel Lancaster – C.so Turati – Torino

20,30-22,00 c/o Teatro Colosseo

Destinatari: Psicologo , TPALL , Medici del Lavoro, Fisioterapisti, Infermieri

Obiettivi e Area: Linee guida - protocolli - procedure

Programma

Martedì 17 Marzo 2026

13.30 – 14.00 - registrazione partecipanti

14.00 – 15.15 - ENTRARE IN CONTATTO Stare con sé

Creare uno spazio di rallentamento e ascolto, portando attenzione al proprio vissuto nel lavoro e nella vita.

Contenuti chiave: consapevolezza di sé come pratica quotidiana. Il

corpo e le emozioni come segnali. Cura di sé come responsabilità.

Esercitazione: Lavoro individuale + condivisione a piccoli gruppi - Dott.ssa Gilotta, Dott.ssa Carletto, Dott.ssa Mottesini

15.15 – 16.30 - STARE IN RELAZIONE: L'altro come spazio di consapevolezza

Rendere visibili le dinamiche relazionali che influenzano benessere, clima e collaborazione.

Contenuti chiave: relazioni come luoghi emotivi, non solo funzionali.

Aspettative, confini, responsabilità emotiva e psicologica. Il benessere relazionale come processo condiviso

Esercitazione: Riflessione guidata su confine, distanza, reciprocità.- Dott.ssa Gilotta, Dott.ssa Carletto, Dott.ssa Mottesini

16.30 – 16.45 - Pausa caffè

16.45 – 18.00 ABITARE IL LIMITE, Benessere, incertezza e incompiutezza. Rivedere il proprio rapporto con

ciò che non è controllabile, risolto o prevedibile, soprattutto nel lavoro. Contenuti chiave: il limite come dato strutturale della vita. L'illusione del controllo e della sicurezza. Benessere come capacità di stare nei processi **Esercitazione:** Condivisione in sottogruppi (regole di sicurezza psicologica molto chiare) - Dott.ssa Gilotta, Dott.ssa Carletto, Dott.ssa Mottesini

18.00 – 18.45 - INTEGRARE Prendersi cura di sé nei contesti reali. Integrare quanto emerso in scelte concrete e sostenibili. Contenuti chiave: Cura di sé come atto quotidiano e relazionale. Micro-scelte, non grandi cambiamenti. Coerenza tra ciò che sento e ciò che faccio. Esercitazioni: Scrittura personale (non condivisa). Condivisione finale facoltativa. Dott.ssa Gilotta Dott.ssa Carletto, Dott.ssa Mottesini

18.45 – 19.00 – CHIUDERE E APRIRE Prepararsi all'ascolto della lectio. Domanda guida da portare a teatro (una sola, personale). Dott.ssa Gilotta

19.00 – 20.00 - Light Standing dinner

20.00 – 20.15 - Trasferimento al Teatro Colosseo

20.30 – 22.30 – Lectio Magistralis - L'utopia della felicità – Prof. Umberto Galimberti

Abitare il lavoro: stare bene nel lavoro che cambia

In un contesto professionale segnato da cambiamenti continui, richieste crescenti e incertezza, il benessere

non può essere ridotto a una condizione da raggiungere o a un insieme di pratiche da applicare. Questo percorso formativo propone uno spazio di riflessione ed esperienza dedicato alla consapevolezza di sé, alla cura della persona e alla qualità delle relazioni per il benessere nei contesti di lavoro.

Attraverso attività guidate e momenti di confronto, i partecipanti sono accompagnati a esplorare il proprio modo di stare nel lavoro, riconoscendo risorse personali, segnali di sovraccarico, dinamiche relazionali e modalità con cui affrontano cambiamento, incertezza e limite. Il percorso favorisce una maggiore capacità di ascolto di sé e degli altri, una più chiara percezione dei propri confini e una responsabilità personale più consapevole nel prendersi cura del proprio benessere quotidiano.

La partecipazione al corso consente di sviluppare una presenza più autentica nel lavoro, migliorare la qualità delle relazioni professionali, ridurre adattamenti disfunzionali e rafforzare la capacità di abitare i processi lavorativi con maggiore lucidità, equilibrio e senso. L'obiettivo è sostenere le persone nel costruire un rapporto più umano e consapevole con il lavoro che cambia.

Obiettivi specifici del percorso

- aumentare la consapevolezza di sé rispetto al proprio modo di stare nel lavoro, riconoscendo bisogni, risorse e segnali di sovraccarico;
- comprendere come le dinamiche relazionali influenzano il benessere individuale, il clima di lavoro e la collaborazione;
- rafforzare la capacità di ascolto di sé e dell'altro, migliorando la qualità delle interazioni professionali;
- riconoscere il proprio rapporto con cambiamento, incertezza e limite, riducendo automatismi e adattamenti non sostenibili;

Contenuti trattati

- Consapevolezza di sé nel contesto lavorativo: vissuti emotivi e cognitivi
- Relazioni professionali: ascolto, confini, aspettative e responsabilità emotiva
- Dinamiche di adattamento, sovraccarico e sostenibilità personale nel lavoro
- Cambiamento, incertezza e limite nei contesti organizzativi
- Qualità della presenza e responsabilità individuale nei processi di lavoro

Metodologia didattica

Il percorso utilizza una metodologia esperienziale e riflessiva, che alterna brevi momenti di inquadramento teorico ad attività pratiche individuali e di gruppo. Le proposte favoriscono l'ascolto, la partecipazione attiva e il confronto, creando uno spazio di apprendimento sicuro e rispettoso dei vissuti personali.

- lavori individuali e in piccoli gruppi;
- pratiche di ascolto e confronto guidato;
- momenti di integrazione e rielaborazione personale.

Relatori:

Dott.ssa Silvia Gilotta

Dott.ssa Sofia Carletto

Dott.ssa Chiara Mattesini

Prof. Umberto Galimberti

Curriculum Vitae



Informazioni personali

Nome Cognome **Silvia Gilotta**
Indirizzo Via Drovetti, 20 Torino
Telefono 392.6510124
E-mail silvia@adequat.studio
Cittadinanza Italiana
Data di nascita 1974
Profilo economico dal 2019 Founder di Adequat s.r.l. www.adequat.studio
iscritta Albo Professionale degli Psicologi del Piemonte

Profilo

Ergonoma
Psicologa Ph.D., Ergonomo Eur.Erg.

Esperienza professionale

Date Da settembre 2005 – ad oggi **Consulenze in Ergonomia**

Lavoro o posizione ricoperti
Principali attività e responsabilità

Consulenza di ergonomia cognitiva in ambito Web & Digital

Studi ed analisi HCI Human Computer Interaction, valutazione Usabilità di interfacce grafiche ed interattive. Attività di user research su campioni di utenti attraverso metodi e tecniche di osservazione all'interno di processi di progettazione e/o implementazione di siti quali:

Alcuni progetti

- Intesa San Paolo analisi del lavoro e dell'interazione uomo – macchina delle filiali "new concept";
- Design Thinking per sviluppo piattaforma iscrizione scuola infanzia e digitalizzazione processo attribuzione mercatale Vigili di Torino e Comune di Torino, Sviluppo nuova piattaforma ECM Credem, BNL BNP Paribas Roma sessioni di Design Thinking per il concept di nuovi servizi bancari su commissione di The Dot Company di Reggio Emilia;
- HPE supporto allo sviluppo di piattaforma Operations System Management clienti Telco con focus sulla visualizzazione dei dati (Data Visualization) in interfacce interattive, mustela.it, michelin.it, lastminute.com, hellobank.it, ingdirect.it, fineco.it, chebanca.it, vodafone.it, interfaccia device mobile LG, Gemalto, consulenze su commissione di Ludo-TIC di Nizza Francia;
- fiatprofessional.it, fiat.it, jeep-official.it, lancia.it, opendotcom.it, alpitour.it, piattaforma intranet Link E-Entry (Fiat) consulenza per Domino s.r.l. di Torino;
- carrefour.it, allianz.it, quixa.it, mediolanum.it, intesasanpaolo.it, Sistema interattivo di controllo e comando di Sky TV, consulenze su commissione di Duepuntozero Research s.r.l. gruppo Doha di Milano;
- ferrari.it, comunetorino.it, alitalia.it, alice.it, tuttocià.it, paginegialle.it, paginebianche.it; directline.it, bancasella.it, unicredit.it, findomestic.it, foxtv.it, BNP Baribas e BNL; usabilità in benchmarking siti couponing: glamoo.it, letsbonus.it,groupon.it, groupalia.it;
- applicazioni mobile sia in ambiente IOS che Android: Pagine Gialle con integrazione di sistema di Realtà Aumentata, Glamoo, Quixa, Mustela, Vodafone browser internet, LG interfaccia utente touch screen telefonia mobile;

Lavoro o posizione ricoperti
Principali attività e responsabilità

Alcuni progetti

Consulenza di ergonomia cognitiva, fisica ed organizzativa in ambito Industrial

Studi ed analisi Human Machine Interaction nel processo di progettazione interfacce digitali, fisiche, postazioni e layout di lavoro.

- Consulenza in Ergonomia cognitiva ed organizzativa a supporto delle attività della Direzione Salute e Sicurezza ed Ambiente di Intesa Sanpaolo (2018- attualmente in corso)
- Analisi usabilità ed accettabilità di sistema meccanico di supporto alle attività fisiche (esoscheletro) degli arti inferiori e del tronco. Analisi di task in laboratorio e focus group con operatori target (2017 – 2020 FCA Italy S.p.A. Ergolab).
- Analisi usabilità ed accettabilità di sistema meccanico di supporto alle attività fisiche (esoscheletro) degli arti superiori in versione prototipale. Analisi di task in laboratorio e focus group con operatori target (2016 FCA Italy S.p.A. Ergolab).
- Sviluppo di sistema digitale per l'apprendimento basato su Realtà Aumentata e Gamification in ambiente manufacturing. Design Thinking UCD con Analisi attività utenti target, modellizzazione, indicazioni per lo sviluppo informatico, analisi di usabilità (2015-2016 FCA Italy S.p.A. Ergolab).
- Sviluppo interfaccia grafica per un sistema di gestione e consultazione documentazione di manutenzione aerea per Sogitec/Dassault (2015 Bordeaux Francia);
- Università degli Studi di Torino e C.O.R.E.P. partecipazione al tavolo di lavoro Regionale dal titolo "Ergonomia e Sicurezza" per l'individuazione di buone prassi per l'applicazione dei principi ergonomici in ambito industriale. Realizzazione dello strumento "check list ergonomia cognitiva ed organizzativa" reperibile al sito www.ergonomia.corep.it (2010-2011 Torino);
- C.R.F. Centro Ricerche Fiat gruppo Factory Sustainability, come ricercatore ergonomia cognitiva di processo Studio dell'interazione uomo-postazione di lavoro ambito produttivo automotive (FPT Industrial) per la valutazione del carico di lavoro mentale (2011-2013 Orbassano TO);
- CNH Case New Holland: usabilità e carico di lavoro mentale nell'interazione tra operatore e macchine movimento terra per l'edilizia. Studio di due tipologie di veicoli (terne TLB e skid steer loader) a confronto con modelli equivalenti di competitor in modalità di test in benchmarking su campo di prova e con osservazioni etnografiche, al fine di individuare le esigenze d'uso in base ai diversi scenari, le aree di sviluppo prodotto e definire i requisiti per l'implementazione dei prototipi analizzati (2010 tramite ITI International Techne Group Incorporated Milford U.S.A.);
- Telecom Italia Laboratori: studio attività target senior per lo sviluppo di dispositivo Set Top Box di uso domestico (2004-2005 Torino);
- Studio interazione uomo postazione di lavoro per la valutazione del sovraccarico biomeccanico degli arti superiori con calcolo di indici di letteratura in Cooperativa Arcobaleno progetto Cartesio di Torino, Abet Laminati S.p.A. di Bra (CN), Iveco Astra Piacenza, GTT Gruppo Torinese Trasporti;

Lavoro o posizione ricoperti
Principali attività e responsabilità

Docenze

Progettazione e realizzazione corsi di formazione ad hoc per specifici contesti di apprendimento sia istituzionali che industriali nelle tre aree tematiche di competenza

Ergonomia cognitiva

- "Ergonomia cognitiva ed organizzativa" docente a contratto per Master Ergonomia e Fattori Umani. Unimarconi
- "Ergonomia" semestrale, docente a contratto nel corso di laurea in Psicologia Digitale per Sigmund Freud University di Vienna sede di Milano (III edizione)
- "Human Centred Design, Design Thinking, Ergonomia cognitiva e UX Research per team di UX Designer di The Dot Company ed Energiee tre (gennaio-febbraio 2020)
- "Ergonomia per la progettazione di interfacce industriali" per Mitsubishi Electric (febbraio 2020)
- "Ergonomia per la progettazione dei sistemi di lavoro" per Azimut S.p.A. (febbraio 2020)
- "Psicologia cognitiva, ergonomia cognitiva, digital transformation, creatività ed innovazione nel corso di specializzazione per analisti programmatori organizzato da FAV e Finsoft, Bologna (2018)
- "Psicologia cognitiva, ergonomia cognitiva, metodi di usabilità" nel Master Ergonomics for Industrial Safety: 30 ore di docenza teorico-pratica (2016-2017)
- "Accettabilità dell'innovazione" Workshop WUD 2014 World Usability Day 2015
- "Human Computer Interaction Engineering & Human Factor" corso interno per ENAC Francia
- "Usability and Human Computer Interaction" e "Ergonomics and emerging risks" nel Master in Occupational Safety & Health ITC/ILO (10 edizioni dal 2014-2023)
- "Ergonomia per la Progettazione" corso interno customizzato per Alstom S.p.A.
- "Ergonomia cognitiva, usabilità, progettazione" modulo formativo per gli specializzandi in medicina del lavoro Università degli Studi di Torino (4 edizioni)

Alcuni progetti	
Date novembre 2006 – gennaio 2009	SR LABS Via Tucidide, 56 Milano
Nome datore di lavoro	Sviluppo software, interfacce grafiche e web
Settore	
Lavoro o posizione ricoperti	Human factors and Eye Tracking Product Manager (free lance)
Principali attività e responsabilità	Responsabilità dell'intero processo di sviluppo e realizzazione dei progetti Human Factor Based. Tra questi: analisi di interfacce, prodotti, ambienti e strumenti con tecnica del tracciamento dei movimenti oculari; redazione di guide lines per lo User Centred re/design.
Alcuni progetti	Ergonomia cognitiva in ambito Web & Digital - Virgilio/Alice portale. Analisi di usabilità ed indicazioni per il re design - Alitalia sito web commerciale - Comune di Torino (in collaborazione con C.S.I. Piemonte)
Alcuni progetti	Ergonomia cognitiva in ambito Marketing & Retail Nella divisione marketing, studio dell'impatto visivo della comunicazione e del display; formazione. - Barilla studio del packaging confezioni dolci e biscotti - Barilla studio del display nelle aree espositive - Campari studio campagna visual e comunicazione
Istruzione e formazione	
Date	da gennaio 2012 a dicembre 2012
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Master in Progettazione e Management del Multimedia per la Comunicazione Tesi dal titolo: La riprogettazione di un sito turistico. Relatrice Prof.ssa Taddeo G. (Ingegneria del Cinema) in stage presso Domino s.r.l. di Torino
Principali tematiche/competenze professionali possedute	Progettazione e gestione prodotti multimediali, design di interfacce, wire framing, diritto dei media, project management, grafica statica e dinamica, elaborazione del suono, fotografia digitale, grafica 3D, paradigmi di programmazione, data base, semiologia e multimedialità, cross media, comunicazione pubblicitaria e pubblica.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice	C.O.R.E.P., Consorzio per la Ricerca e l'Educazione Permanente. Torino
Date	Dicembre 2011
Titolo della qualifica rilasciata	Certificazione European Ergonomist Eur. Erg. CREE http://www.eurerg.org/?mod=eurerg&search=Italy
Date	da gennaio 2012 a dicembre 2012
Titolo della qualifica rilasciata	Ph. D. Dottorato di Ricerca in "Psicologia Applicata ed Ergonomia" Titolo tesi di ricerca: La mappatura del Carico di Lavoro Mentale in un processo produttivo
Principali tematiche/competenze professionali possedute	Sviluppo di progetti di ricerca in ambito industriale. Analisi e gestione dei rischi da interazione, eye tracking applicato allo studio dell'interazione uomo-macchina, ergonomia cognitiva in sistemi produttivi. Partecipazione attiva al Progetto Regionale "Ergonomia e Sicurezza" con la responsabilità dei moduli relativi all'ergonomia cognitiva ed organizzativa che ha portato alla realizzazione di due check list scaricabili dal sito www.ergonomia.corep.it
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice	Scuola di Dottorato in Scienze Umane dell'Università degli Studi di Torino.
Date	Settembre 2007
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di abilitazione all'esercizio della professione di Psicologo. Iscrizione Albo degli Psicologi del Piemonte al n. 5146
Date	da ottobre 2004 a luglio 2005 (discussione esame finale novembre 2005)
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Master in Ergonomia Titolo tesi: Intervento ergonomico in un'impresa di pulizie. Relatore Dott. A. Baracco.
Principali tematiche/competenze professionali possedute	Diritto del lavoro, igiene industriale, metodi e tecniche per le valutazioni ergonomiche, sicurezza del lavoro, analisi e gestione dei rischi, analisi dei sistemi organizzativi, normativa nazionale ed internazionale, medicina del lavoro, errore umano, design, psicologia del lavoro, dinamiche dei gruppi, usabilità ed User Centred Design metodi e tecniche, metodologia della ricerca sociale, raccolta ed analisi dei dati, ergonomia cognitiva, progettazione web, interazione uomo-macchina.

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice	C.O.R.E.P., Consorzio per la Ricerca e l'Educazione Permanente. Torino
Date	Novembre 2005
Titolo della qualifica rilasciata	Laurea in Psicologia (vecchio ordinamento 5 anni). Votazione 106/110 Titoli tesi in ergonomia: Le nuove tecnologie come fattore di valorizzazione della competenza sociale dell'anziano. Relatore Prof.ssa A. Re. Presso ricerca sviluppata per conto Tilab Telecom Italia Lab
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice	Università degli Studi di Torino, Facoltà di Psicologia, Indirizzo del Lavoro e delle Organizzazioni
Date	Giugno 1993
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di maturità classica
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Liceo Classico Massimo d'Azeglio di Torino
Lingue	
Madrelingua(e)	italiano
Altra(e) lingua(e)	Inglese e Francese
Autovalutazione	
<i>Livello europeo (*)</i>	
Inglese	
Francese	

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
B2	Livello intermedio	B2	Livello intermedio	B2	Livello intermedio	B1	Livello intermedio	B1	Livello intermedio
C1	Livello avanzato	C1	Livello avanzato	B2	Livello intermedio	B2	Livello intermedio	B2	Livello intermedio

Capacità e competenze tecniche	Metodi di raccolta dati delle scienze sociali - osservazione etnografica, partecipante, shadowing, - tecniche di intervista individuale e di gruppo, focus group, gruppi di lavoro, brainstorming - tecniche di test utenti assistiti da tecnologie e non: interazione, usabilità, questionari, eye tracking, thinking aloud, - tecniche di task analysis, analisi delle attività Metodi di progettazione - tecniche di progettazione: mappe concettuali, creative, ludiche/gamification, co-design, workshop creativi, focus group, giochi di gruppo, story board, personas, scenario based design, - tecniche all'interno del processo Human Centred Design e/o Design Thinking - tecniche di prototipazione: story board, sketch e mock up a bassa fedeltà Conoscenza della normativa tecnica e standard internazionali (ISO, CEN, UNI) nel campo dell'ergonomia e della progettazione. - Auditor Interno di Sistemi di Gestione per la Sicurezza e Salute dei Lavoratori (OHSAS 18001:2007) – titolo conseguito nel 2012 presso Ente di Certificazione CERTO di Torino
Capacità e competenze informatiche	- Sistema operativi: Windows e IOS - Office automation: Word, Excell, Power Point, Pages, Numbers, Key Note - Eye Tracking: Tobii Studio per la registrazione, gestione ed analisi dei movimenti oculari - Usabilità: TechSmith Morae, Silverback - Prototipazione interfacce/wireframe: Balsamiq e Axure - Analisi video/osservazione: Noldus Observer, Elan - Analisi dei testi categoriale e semantica: Atlas.Ti. NVivo,
Interessi	Digital Natives, digital divide, media education, impatto delle tecnologie nel comportamento umano. Su questi temi ho un sito/blog nel quale rifletto sull'uso consapevole delle tecnologie. www.maevaproject.it

Pubblicazioni e presentazioni a convegni

- TEDx TORINO 2022 invited speaker talk: la tua vita è ergonomica?
https://www.youtube.com/watch?v=lpq6Ny0Xlxc&t=21s&ab_channel=TEDxTalks
- F.Deiana, R.Lecis, S.Gilotta, D.Bonicatto **"Le nuove modalità di lavoro dettate dalla pandemia da Covid-19 : un'analisi esplorativa"**. Atti XII Congresso nazionale SIE. Lucca (2022)
- S.Gilotta, S.Rosso, A.Frisiello, A.Pasanisi, A.Abdolahian, A.Augusto **"Human-Centred Foresight. Proposal of a long-term design approach for future ergonomics"**. Atti XII Congresso nazionale SIE. Lucca (2022)
- D.Bonicatto, A.Baracco, D.Russignaga, F.Sansone, G.C.Bianchi, G.Duca, S.Gilotta **"L'ergonomia del "non-lavoro" nel luogo di lavoro"**. Atti XII Congresso nazionale SIE. Lucca (2022)
- Gilotta S., Bonaccorsi A., **"Come "disegnare" il design"**. Network Digital 360/Industry4Business 2021
- Gilotta S. **"Progetti di ricerca per l'innovazione nell'epoca del "remote"**. Network Digital 360/ Industry4Business 2020.
- Gilotta S., Bonicatto D., **"Ergonomia, come applicarla nell'innovazione industriale"**. Network Digital 360/Industry4Business 2020
- Gilotta S., Isoardi M. **"Ergonomia Cognitiva per la progettazione industriale"** in Manuale di Ergonomia Industriale a Cura di Baracco A., Bechis M. Spada S., CSAO Torino 2020.
- Gilotta S., Baracco A., Coggiola M. **"Come progettare e valutare le attività del settore terziario"** in Manuale di Ergonomia Industriale a Cura di Baracco A., Bechis M. Spada S., CSAO Torino 2020.
- Gilotta S., Duca G., Frisiello A., Deiana F., Piccirillo C. **La transizione all'home working. Riflessioni e pratiche dall'esperienza del lock down**. Rivista Italiana di Ergonomia n.20/2020
- Gilotta S., Deiana F., Mosso C., Ditaranto M., Guzzo M. (2019) **Creative Focus Group as an Instrument to Evaluate Work Related Stress**. In: Bagnara S., Tartaglia R., Albolino S., Alexander T., Fujita Y. (eds) Proceedings of the 20th Congress of the International Ergonomics Association (IEA 2018). IEA 2018. Advances in Intelligent Systems and Computing, vol 819. Springer, Cham.
- Gilotta S., Spada S., Ghibaudo L., Isoardi M. (2019) **A Technology Corner for Operator Training in Manufacturing Tasks**. In: Bagnara S., Tartaglia R., Albolino S., Alexander T., Fujita Y. (eds) Proceedings of the 20th Congress of the International Ergonomics Association (IEA 2018). IEA 2018. Advances in Intelligent Systems and Computing, vol 824. Springer, Cham
- Gilotta S., Spada S., Ghibaudo L., Isoardi M., Mosso C.O. (2019) **Acceptability Beyond Usability: A Manufacturing Case Study**. In: Bagnara S., Tartaglia R., Albolino S., Alexander T., Fujita Y. (eds) Proceedings of the 20th Congress of the International Ergonomics Association (IEA 2018). IEA 2018. Advances in Intelligent Systems and Computing, vol 824. Springer, Cham.
- Gilotta S., Spada S., Ghibaudo L., Isoardi M. (2017) **Acceptability beyond usability: a manufacturing case study**. Poster for HFES Europe Chapter Annual Meeting (Rome September 2017)
- Spada S., Ghibaudo L., Gilotta S., Gastaldi L., Cavatorta M.P. (2017) **Analysis of Exoskeleton Introduction in Industrial Reality: Main Issues and EAWS Risk Assessment**. In Advances in Physical Ergonomics and Human Factors, Advances in Intelligent Systems and Computing 602, Springer International Publishing AG 2018 R.S. Goonetilleke and W. Karwowski (eds.)
- Spada S., Ghibaudo L., Gilotta S., Gastaldi L., Cavatorta M.P. (2017) **Investigation into the applicability of a passive upper-limb exoskeleton in automotive industry**. In 27th International Conference on Flexible Automation and Intelligent Manufacturing, FAIM2017, 27-30 June 2017, Modena, Italy. Procedia Manufacturing Elsevier.
- Gilotta S. (2014) Torino. **Remote User eXperience: nuovi ambienti di testing**. Speech at World Usability Day 2014. SIE Piemonte, Università degli Studi di Torino, ISMB.
- Gilotta S. D'Aprile P. (2013) Torino. **L'Ergonomia nella fase progettuale di postazioni di lavoro**. Speech at SIE Società Italiana di Ergonomia. X Congresso Nazionale L'Ergonomia verso un modello di città Sostenibile.
- Gilotta S., Levrino V. (2013) Bologna. **L'utente anziano e le nuove tecnologie, la sfida per gli ergonomi**. Speech at conference of "Invecchiamento nel lavoro ed Ergonomia" Organizzato da SIE Società Italiana di Ergonomia ed Ambiente e Lavoro.
- Gilotta S., Callari T., Re A. (2009). Parigi. **Functionality-pleasure relationship in designing web-sites: what can be the missing link between these two dimensions?** Poster presentato per il Convegno "Designing Pleasurable products and interfaces" Organizzato da Università di Compiègne ed imprese private.
- Gilotta S., Calligher R. (2008). Torino. **Eye tracking ed usabilità un caso applicativo**. Poster presentato allo "Usability Professional Association Congress" Organizzato da UPA (Associazione Internazione Professionisti dell'Usabilità).
- Gilotta S., Levrino V. (2008). **Piattaforma ad elevata accessibilità ed usabilità. Lo UCD nel contesto del digital divide**. Atti del Convegno "Ergonomia e design si confrontano". Torino Società Italia di Ergonomia, Sezione Piemonte in collaborazione con: SIE Lombardia, Centro Ricerche Fiat, Associazione Tecnica dell'Automobile, Politecnico di Torino

Pubblicazioni e presentazioni a convegni

- Gilotta S., Calligher R. (2008). **Eye tracking: campi applicativi e nuovi sviluppi**. Poster presentato al "WCC World Computer Congress 2008". Organizzato da AICA (Associazione Italiana per l'Informatica ed il Calcolo Matematico) e da IFIP (*International Federation for Information Processing*).
- Gilotta S., Calligher R. (2008). **Eye tracking: campi applicativi**. In *User Matter* numero 8, febbraio-marzo 2008 <http://www.usermatter.com>
- Gilotta S., Calligher R. (2008). **Eye tracking: analisi dell'interazione con Youtube. Parte 1°**. In *User Matter* numero 9, aprile – maggio 2008 <http://www.usermatter.com>
- Gilotta S., Calligher S. (2008). **Eye tracking: analisi dell'interazione con Youtube. Parte 2°**. In *User Matter* numero 10 giugno - luglio 2008 <http://www.usermatter.com>
- Gilotta S., Baracco A., Di Cuia S., Pollone A., (2008). **Applicazione delle norme ISO nella valutazione dei ischi da MMC – Movimentazione Manuale dei Carichi**. In *ISL Igiene e Sicurezza del Lavoro* numero 11/2008.
- Gilotta, S. (2007). **Usabilità, movimenti oculari ed attenzione visiva**. In L. Gamberini & A. Spagnoli (Eds). *Proceedings of the Fifth Italian Symposium on Human Computer Interaction* (pag. 86) Editore.
- Migliario M., Pollastro S., Gilotta S., Rocchetti V., Foglio Bonda P.L. (2007). **Ergonomia del manico degli strumenti manuali: studio preliminare sperimentale**. Poster presentato al 6° Convegno Nazionale della Commissione Nazionale dei Corsi di Laurea in Igiene Dentale. Università degli Studi di Milano Bicocca.
- Coppola V., Gilotta S. (2007). **Un sistema mobile per ridurre il 'digital divide' delle persone diversamente abili**. Atti del Convegno Disabili e Lavoro. Università degli Studi di Torino Editore.
- Gilotta S. (2007). **Come avviene il tracciamento oculare da parte dell'eye tracking**. In F. Gallucci (ed.) *Marketing Emozionale* Egea Milano (pag. 210, 211)

Associazioni ed organizzazioni

- C.R.E.E. Center of Registration of European Ergonomists.
<http://www.eurerg.eu/regsearch.php?start=41>
- Iscrizione Albo degli Psicologi del Piemonte dal 2007
- **Presidente SIE Società Italiana di Ergonomia Sezione Piemonte** triennio in corso in secondo mandato
- Organizzatore del **WUD Torino** dal 2014 per 7 edizioni
- Organizzatore e coordinatore del ciclo di seminari "**Ergowebinar**" contenuti nel canale YouTube "il giovedì dell'ergonomia"

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 (facoltativo)" e successivi aggiornamenti.

Pino Torinese 07.02.2024





Sofia Carletto

PSICOLOGA DEL LAVORO E
DELL'ORGANIZZAZIONE

ESPERIENZE LAVORATIVE

- **Apprendista impiegata del design dei sistemi di lavoro per il benessere psico fisico delle persone** presso Adequat s.r.l. (ottobre 2025-presente)
- Tirocinio Pratico Valutativo presso Adequat s.r.l. (aprile 2025-settembre 2025)
- Collaborazione con Adequat s.r.l. (ottobre 2024-marzo 2025)

FORMAZIONE

Università degli studi di Torino

- **Esame di abilitazione professionale** (Novembre 2025)
- **Laurea magistrale** in Psicologia del lavoro e dell'organizzazione (2022-2025)
- Laurea triennale in Scienze e Tecniche psicologiche (2019-2022)

Liceo classico S.Pellico Cuneo

- Diploma superiore

CONTATTI

☎ +39 3921698193

✉ sofiacarletto@gmail.com

LINGUE

- Italiano
- Inglese- B1 (Certificato IELTS)
- Francese- B1 (Certificato BAC)

ALTRE ESPERIENZE

- Partecipazione a convegno di fine lavori del progetto Opendigifor finanziato da fondi europei PNRR (Palermo, settembre 2025)
- Organizzazione del convegno di Psicologia Positiva (Torino, giugno 2023)
- Volontariato (lavoro da commessa) presso mind matters charity shop (Christchurch, Uk, giugno 2018)
- Esperienza di alternanza scuola-lavoro (lavoro di portineria) presso la cartiera Pirinoli (giugno 2016)

CHIARA MATTESINI



PROFILO PROFESSIONALE

PSICOLOGA DEL LAVORO E DELL'ORGANIZZAZIONE

ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

Stagista impiegata del design dei sistemi di lavoro per il benessere psico-fisico delle persone, 10/2025- presente
Adequat s.r.l. – Torino, TO

Tirocinio Pratico Valutativo, 04/2025- 09/2025
Adequat s.r.l. – Torino, TO

Educatrice volontaria, 10/2019 - 06/2022
Doposcuola "La Molla" - Arezzo, AR

Educatrice volontaria, 01/2014 - 12/2019
Centro estivo "Noi" GrEst - Arezzo, AR

CONTATTI

- 📍 Corso F. Ferrucci, 10138, Torino
- ☎ 3772294667
- ✉ mattesinichiara@gmail.com
- 📅 05/06/2000
- 🚗 Categoria B

CAPACITÀ E COMPETENZE

- Abilità di promozione di teamwork e coordinamento del team
- Conoscenza delle tecniche di gestione di gruppi
- Affidabilità e flessibilità
- Predisposizione al contatto con il pubblico
- Ottime doti relazionali ed empatia
- Capacità di organizzare il lavoro in autonomia
- Ascolto attivo
- Pianificazione
- Abilità nell'analisi dei bisogni educativi
- Conoscenze ottime del programma Word
- Conoscenze base del programma Excel

PUBBLICAZIONI E PRESENTAZIONI A CONVEGNI

Presentazione presso il Convegno di Palermo delle attività svolte per il progetto "OpenDigiFor", 16/09/2025
Università degli Studi di Palermo - Dipartimento SAAF

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Esame di abilitazione professionale (19/11/2025)

Vincitrice di una borsa di studio e ricerca
08/2025-09/2025
UniRoma3- Roma

Laurea Magistrale in psicologia del Lavoro e dell'organizzazione:
03/2025

Università di Torino - Torino

All'interno del percorso di studi mi sono specializzata nell'indirizzo di "benessere occupazionale" nonostante abbia scelto di sostenere come esame a scelta "gestione delle risorse umane" che apparteneva ad un altro curriculum opzionale.
Tesi di laurea: *La relazione tra emergenza ambientale e salute mentale: un'analisi sugli attivisti per l'ambiente, incentrato su genere ed esposizione mediatica*

Laurea triennale in scienze e tecniche psicologiche:
07/2022

Università di Firenze

Tesi di laurea: *gli aspetti biopsicosociali alla base del fenomeno di divulgazione delle Fake News*

LINGUE

Italiano:	C2
Madrelingua	
Inglese:	C1
Avanzato	
Francese:	B2
Intermedio avanzato	
Tedesco:	B1
Intermedio	

INTERESSI

- Attualità
- Ambiente
- Arte
- Lettura

Diploma di stato: lingue, 07/2019

Liceo scientifico e linguistico "F. Redi"

Doppio diploma: maturità italiana e Baccalauréat

ESPERIENZE ALL'ESTERO

- New York, USA, 15 giorni, 03/01/16 (soggiorno studio in famiglia)
- Nancy, Francia, 1 settimana, 04/01/17 (soggiorno studio in famiglia)
- Berlino, Germania, 2 settimane, 08/01/17, 03/01/18 (alternanza scuola-lavoro)

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio CV ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del regolamento UE 2016/679 sulla protezione dei singoli cittadini in merito al trattamento dei dati personali

Chiara Mattesini