

Sono Psicologa specializzata in **Psicoterapia ad orientamento Cognitivo-Comportamentale**, approccio che spiega il disagio emotivo attraverso una stretta e complessa relazione tra emozioni, pensieri e comportamenti.

Effettuo **percorsi psicoterapeutici** con adulti, adolescenti e bambini per il trattamento di disturbi psicopatologici e situazioni di più generica sofferenza emotiva.

Sono specializzata in **Psicopatologia dell'Apprendimento** ed effettuo:

- **valutazioni diagnostiche;**
- percorsi di **trattamento** delle componenti deficitarie;
- percorsi di **psicoeducazione, sostegno, affiancamento** nell'utilizzo di strumenti compensativi e nello sviluppo di un **metodo di studio** efficace, appositamente indirizzati a bambini e ragazzi con certificazione o rientranti nella categoria dei Bisogni Educativi Speciali;
- percorsi di **Parent Training** finalizzati a facilitare la comprensione dei genitori in merito alle difficoltà del figlio.

Nella mia attività lavorativa l'**azione preventiva** occupa un posto di primaria importanza.

E' in quest'ottica che si collocano i seguenti servizi offerti:

- interventi in **età prescolare** mirati all'individuazione precoce dei fattori di rischio per l'insorgenza dei Disturbi Specifici dell'Apprendimento;
- percorsi psicoeducativi di **sostegno alla genitorialità** basati sul modello del "Circle of Security-Parenting" ("Circolo della Sicurezza COS-P®", Cooper, Hoffman e Powell, 1998), un programma di prevenzione di disturbi emotivi e relazionali fondato su anni di ricerche relative alle modalità per riuscire a costruire una relazione sicura con i propri figli (indicati in particolare per genitori di bambini/e dai 0 ai 5 anni);
- laboratori di "**educazione emotiva**", finalizzati ad imparare a riconoscere, esprimere e gestire le emozioni, secondo gli assunti di base della Terapia Razionale Emotiva Comportamentale (REBT, Albert Ellis) che le intende come reazioni non all'evento in sè quanto piuttosto al modo in cui interpretiamo e valutiamo ciò che ci accade;
- laboratori di "**assertività**", finalizzati a migliorare le capacità comunicative-relazionali e a rafforzare di conseguenza la propria autostima e il senso di auto-efficacia.