

CHI SONO

Nasco come Psicologa dello Sviluppo e dei Processi Educativi.

Inizialmente mi sono concentrata sulla dimensione scolastica, e sul supporto a bambini DSA e BES, fornendo loro gli strumenti e le strategie per gestire e compensare le difficoltà scolastiche.

In seguito, tuttavia ho sentito il desiderio di supportare i bambini anche dal punto di vista emotivo, psicologico e clinico. Così ho ampliato la mia professione, iniziando a svolgere colloqui clinici sia con minori (età prescolare e scolare) che con i genitori, per supportarli nella genitorialità.

Grazie alla specializzazione in Psicoterapia Integrata ho iniziato anche a svolgere attività privata come psicoterapeuta con l'obiettivo di favorire il benessere psicologico a livello personale, sociale e familiare in adolescenti e adulti.

Sono una persona accogliente e predisposta all'ascolto non giudicante. Credo fortemente nell'importanza, per ogni individuo, di avere consapevolezza delle proprie modalità di funzionare nelle relazioni e nel mondo, al fine di poter riconoscere e comprendere i propri pensieri, atteggiamenti ed emozioni. Considero la consapevolezza di sé come fondamentale per il benessere psicologico personale.

FORMAZIONE

Laurea triennale in scienze e tecniche psicologiche presso Università degli studi di Bergamo.

Laurea magistrale in Psicologia dello Sviluppo e dei Processi Educativi presso l'Università degli Studi Milano Bicocca. Attualmente mi sto specializzando in Psicoterapia Integrata presso la Scuola di Psicoterapia Integrata di Bergamo (a Dicembre 2024 mi specializzerò).

Iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia (nr. 23138).

MI OCCUPO DI:

PER L'ETA' DELLO SVILUPPO:

- Sostegno emotivo a bambini fragili.
- Supporto psicologico a bambini in situazioni di criticità familiari e sociali.
- Supporto alla genitorialità.

PER ADOLESCENTI E ADULTI:

- Depressione e Disturbi dell'umore.
- Disturbi d'ansia (attacchi di panico, disturbo d'ansia generalizzato, fobie).
- Disturbo post traumatico da stress.
- Problematiche relative ad eventi critici del ciclo di vita.
- Dipendenza affettiva.
- Problematiche relazionali
- Disturbi alimentari (bulimia, anoressia, obesità, binge eating)
- Difficoltà nella gestione delle emozioni.

METODO

I colloqui di supporto psicologico e di psicoterapia hanno una durata di 45-50 minuti circa.

Possono essere:

- Individuali.
- Di coppia.

La principale modalità di conduzione del colloquio prevede uno scambio verbale, al quale si possono aggiungere altre tecniche e modalità, scelte in base alla soggettività del caso, quali:

- Interviste strutturate e semistrutturate.
- Test e questionari.
- Tecniche immaginative.
- Tecniche corporee.
- EMDR (nel caso di traumi).