

CHI E' LO PSICOLOGO?

È una persona laureata in psicologia che, dopo il corso quinquennale di studi, e lo svolgimento di un anno di tirocinio pratico per poter sostenere l'esame di stato, ottiene l'abilitazione alla professione, ed è iscritta all'Albo professionale.

Si rivolgono allo Psicologo tutti coloro i quali sentono la necessità di una consulenza specialistica, o di un intervento professionale riguardo alla qualità della propria vita, alle relazioni, alla sfera affettiva e familiare, alla situazione lavorativa o ad altre problematiche psicologiche.

PERCHE' E' UTILE RIVOLGERSI AD UNO PSICOLOGO?

Gli interventi di sostegno psicologico si configurano come un percorso che, favorendo un processo di autoconoscenza, ti permettono di affrontare la situazione problematica che stai vivendo, e di costruire uno spazio di riflessione che dia significato e senso alle difficoltà riscontrate, facendo leva sulle risorse che possiedi.

L'intervento è mirato al potenziamento del tuo benessere psicologico, contribuendo ad un miglior adattamento sociale, affettivo e relazionale.

CHI SONO

Sono nata a Roma, e lavoro come Psicologa clinica, Psicologa dello Sviluppo e dell'Educazione, e come Formatrice psicosociale dal 2001. Ho scelto, nel mio percorso formativo, la Facoltà di Psicologia, spinta dal desiderio di svolgere attività che implicassero una forte componente relazionale e di "contatto con le persone": Uomini, Donne, Bambini e Adolescenti.

LA MIA FORMAZIONE

Dopo essermi laureata con lode nel 1999, presso l'Università "La Sapienza" di Roma, con un tesi di ricerca sulle trasformazioni del ruolo paterno, nel 2001 ho conseguito un Master in "Psicologia di Comunità e Processi Formativi". Inoltre, presso la Scuola Medica Ospedaliera del Lazio, ho seguito la specializzazione sull'età adolescenziale. Dal 2003 al 2007, ho frequentato la Scuola di Formazione Quadriennale in Psicologia di Comunità e Psicoterapia Umanistica Integrata presso l'A.S.P.I.C. a Roma, riconosciuta dal Miur. Nel tempo, ho seguito diversi corsi sulla progettazione sociale, sull'arte terapia e sull'orientamento. Dal 2008, seguo percorsi di crescita e di ricerca spirituale, attraverso diverse tecniche olistiche.

LA MIA ESPERIENZA LAVORATIVA

Nei miei primi anni lavorativi, l'interesse per l'orientamento, mi ha portato a collaborare con l'Ufficio Cilo-Infomaggiore del Comune di Aprilia per colloqui di sostegno orientativo, gruppi di auto aiuto per categorie in difficoltà lavorative, interventi d'orientamento formativo presso le scuole superiori. Ho poi intrapreso, e svolgo tutt'ora, l'attività clinica con Adulti, Bambini ed Adolescenti.

Ho lavorato per 10 anni nella Scuola (materna, elementare, media e superiore) per interventi di prevenzione e promozione della salute rivolti ad alunni, genitori e docenti.

Conduco gruppi psicoeducativi per Genitori; laboratori socio affettivi per bambini e preadolescenti, nonché gruppi di confronto e sostegno per Adolescenti.

Organizzo giornate tematiche esperienziali su: gestione del tempo, resilienza e altri temi di promozione del benessere personale.

Sono stata docente, per 10 anni, presso la Scuola Superiore Europea di Counseling, e presso Società di Formazione accreditate dalla Regione Lazio.

Nel 2012 ho fondato, e tutt'ora dirigo, STUDIO ARMONIA Psicologia e Ben-Essere, uno spazio professionale ove si erogano Consulenze e Attività per la prevenzione del disagio e il miglioramento della Qualità della Vita.

DI COSA MI OCCUPO

Consulenza e sostegno psicologico all'Individuo, alla Coppia e alla Famiglia per:

- **Difficoltà nelle relazioni** di coppia, in famiglia, tra colleghi, con gli amici, etc.
- **Fobie, ansia e attacchi di panico**
- **Sostegno durante i naturali momenti di cambiamento nel ciclo di vita:** nascita di un figlio, matrimonio, pensionamento, figli adolescenti, trasferimenti, separazione, lutti, malattie, etc.
- **Acquisire tecniche di rilassamento e di gestione del tempo e dello stress**
- **Migliorare la qualità della propria vita, e aumentare il proprio benessere**
- **Percorsi psico-educativi e di sostegno alla Genitorialità**
- **Disagi dei Bambini e degli Adolescenti**
- **Orientamento scolastico, universitario, professionale e accompagnamento nel cambio di lavoro**

TI POSSO AIUTARE ATTRAVERSO:



Colloqui clinici individuali o di coppia



Viaggio per genitori: percorso di gruppo per tutti i genitori che vogliono dotarsi di strumenti e di competenze per crescere figli sereni e felici



Gruppi di confronto e sostegno per adolescenti 14-18 anni



Laboratori di educazione socio-affettiva e di potenziamento dell'autostima per bambini dai 6 ai 10 anni e per ragazzi dagli 11 ai 13 anni