

Le prestazioni professionali offerte dagli psicologi presso il Poliambulatorio si articolano in diverse fasi:

1) Consulenza (1 incontro)

Primo colloquio durante il quale si approfondiscono le motivazioni e i bisogni di chi si rivolge al servizio, al fine di concordare, qualora necessario, le prestazioni professionali più adeguate per la specifica richiesta.

2) Approfondimento diagnostico e proposta di intervento psicologico (da 4 a 6 incontri)

Gli incontri, orientati alla costruzione di un clima fiducioso e collaborativo, sono finalizzati alla raccolta delle informazioni rilevanti per comprendere la natura del problema, al riconoscimento delle risorse a disposizione e alla formulazione degli obiettivi da perseguire.

3) Intervento psicologico

All'interno di percorsi di sostegno psicologico, di psicoterapia o di psicoeducazione (individuali o di gruppo), si svolgono gli incontri (a cadenza settimanale o quindicinale) finalizzati al raggiungimento degli obiettivi prefissati. Gli interventi, formulati in modo specifico a seconda dell'età e del tipo di problematica, sono rivolti a singoli individui, genitori, coppie o gruppi.

4) Colloqui di follow-up

Incontri di verifica in cui è possibile discutere i cambiamenti conseguenti al percorso psicologico, riconoscere gli aspetti che hanno maggiormente contribuito al miglioramento della qualità della vita ed, eventualmente, identificare quelli che necessitano di essere ancora esplorati.

AREE DI INTERVENTO

Età evolutiva (infanzia e adolescenza)

Lo psicologo si occupa delle difficoltà comportamentali, relazionali, emotive, scolastiche e delle manifestazioni psicosomatiche che si presentano in età infantile e adolescenziale. Si valutano e si trattano specifiche problematiche (ansia; pensieri ossessivi; compulsioni; tic e balbuzie; disturbi dell'umore; condotte aggressive e oppositive; ADHD e DSA; anomalie nel comportamento alimentare, nel ritmo sonno/veglia o nell'enuresi/evacuazione) e si offre sostegno per situazioni che possono mettere in crisi il benessere del bambino, dell'adolescente o dell'intero nucleo familiare (eventi traumatici; separazioni; lutti; malattie; bullismo; cambiamenti in ambito scolastico/famigliare). Gli interventi psicologici in età evolutiva prevedono, generalmente, il coinvolgimento delle figure genitoriali, il cui contributo è spesso decisivo per il buon esito del trattamento.

Singoli, coppie o gruppi di genitori, inoltre, possono usufruire di percorsi di sostegno alle funzioni genitoriali, orientati alla ricerca di risorse e strategie per accompagnare il processo di crescita dei figli.

Adulti

L'adulto può richiedere consulenza, sostegno psicologico o intervento psicoterapeutico in momenti particolarmente delicati della propria vita (lutti; separazioni; pensionamento; perdita del lavoro; malattie; operazioni chirurgiche; nascita di un figlio; matrimonio; trasferimenti; dubbi sull'orientamento sessuale) oppure quando riscontra difficoltà:

- relazionali (fatica ad instaurare o a mantenere relazioni sociali, affettive e sentimentali; ripetuti conflitti interpersonali; sensazione di disagio nell'incontro con gli altri; dipendenza affettiva o ritiro sociale)
- comportamentali (azioni compulsive; difficoltà sessuali di vario tipo; disturbi del comportamento alimentare; disturbi del sonno; comportamenti aggressivi e violenti; abuso di sostanze; dipendenze da gioco, tecnologie o sesso)

- emotive (tristezza cronica o repentini sbalzi d'umore; ansia generalizzata; gestione della rabbia; fobie; attacchi di panico; intensi sentimenti di vergogna, colpa, inadeguatezza e solitudine; sensazione di distacco emotivo)
- cognitive (idee o immagini intrusive; pensieri ossessivi; rimuginio; difficoltà di concentrazione; vuoti di memoria; confusione mentale)
- somatiche, in assenza di causa organica (alopecia; psoriasi; vertigini; acufeni; tensioni muscolari o dolori cronici; insensibilità di specifiche parti del corpo o altre sensazioni fisiche anomale).

Coppie

La coppia, talvolta, può trovarsi ad affrontare, senza apparente motivo, un momento di crisi relazionale che mette in dubbio la solidità del legame. Può capitare di: sentirsi trascurati; accusare l'altro di essere cambiato; non vedere riconosciuti i propri bisogni; avere difficoltà ad esprimere opinioni e sentimenti; litigare in maniera frequente e intensa; subire/agire violenze fisiche e verbali; notare inconciliabili divergenze nell'educazione dei figli; rilevare scarsa intimità fisica o problemi nella sessualità. In tutti questi casi lo psicologo facilita la comunicazione, aiutando la coppia a comprendere, alla luce delle proprie storie di vita, quali dinamiche relazionali sono fonte di sofferenza e a ricercare un nuovo equilibrio emotivo soddisfacente per entrambi.

È possibile, inoltre, richiedere consulenza, sostegno psicologico o intervento psicoterapeutico per affrontare momenti di passaggio all'interno della vita di coppia (convivenza, matrimonio, nascita di un figlio, separazioni) o per ritrovare l'armonia in seguito a particolari eventi critici (lutti, malattie, trasferimenti, cambiamenti lavorativi, pensionamento).

Gli incontri, generalmente, prevedono la presenza di due psicologi e durano circa 1 ora e mezza.

METODOLOGIE E TECNICHE D'INTERVENTO

Le prestazioni offerte dal Servizio di Psicologia del Poliambulatorio, seguendo l'approccio cognitivo-evoluzionista, fondano la propria efficacia sulla costruzione di una relazione di fiducia e cooperazione fra terapeuta e cliente. Gli interventi, tenendo conto delle innate disposizioni umane alla relazione e alla ricerca di significato, sono orientati a integrare tutti gli aspetti dell'esperienza (pensieri, emozioni, sensazioni corporee e contesto ambientale) in modo coerente, flessibile e adattivo, al fine di favorire la qualità della vita e il benessere percepito.

All'interno dei percorsi sono utilizzati in modo integrato le seguenti metodologie e tecniche di intervento:

- E.M.D.R.
- Mindfulness
- Tecniche sensomotorie
- Videofeedback

TARIFFE

SERVIZI	COSTO (a seduta)
Colloqui individuali (o con coppie genitoriali)	50
Colloqui di coppia (presenti 2 terapeuti)	100