

# SPORTELLO DI ASCOLTO: INTERVENTO DI SOSTEGNO PSICOLOGICO IN COLLABORAZIONE CON IL COMUNE DI CAVRIANA

DOTT.SSA LOREDANA DE LUCA, PSICOLOGA



*“La vera scoperta non consiste nel trovare nuovi territori, ma nel vederli con nuovi occhi”.*

*Marcel Proust*

## **A chi si rivolge l'intervento di sostegno psicologico**

- Adulti
- Genitori

## **Orario di apertura dello sportello e modalità di accesso**

La Dott.ssa riceve su appuntamento il giovedì dalle ore 8.00 alle ore 13.00. In casi eccezionali, dovuti ad un'impossibilità ad accedere allo sportello nel suddetto giorno, è possibile fissare un colloquio il sabato dalle ore 10 alle ore 13.

Il numero di telefono per prenotare un appuntamento è: 328-2696967.

## **Sostegno psicologico individuale per adulti**

L'intervento è rivolto a coloro che vivono situazioni di disagio, che compromettono il benessere e impediscono di sentirsi in armonia con se stessi e con gli altri. E' uno spazio di ascolto, di dialogo, di comprensione, dove poter condividere i propri pensieri ed emozioni, elaborarli e trovare le risorse per affrontare una situazione problematica. E' uno spazio dove poter ricevere un chiarimento a sensazioni, esperienze confuse e guardare a se stessi con maggior consapevolezza; dove trovare collegamenti, significati, che consentano una nuova visione, nuove modalità di agire e di vivere le relazioni. Una situazione di difficoltà, non solo mette a dura prova le nostre risorse interne, suscitando in noi disagio, ma può offrire un'opportunità per approfondire la conoscenza di sé e per sperimentare un percorso di crescita personale, in cui divenire consapevoli delle tendenze che ci portano a soffrire e in cui sviluppare un atteggiamento mentale capace di orientarci verso una maggiore libertà ed autenticità.

## **Sostegno genitoriale**

E' rivolto a genitori che desiderano: condividere, comprendere, affrontare le difficoltà nella relazione con il proprio figlio rispetto ad una situazione problematica vissuta dal minore; riflettere sugli aspetti psicologici dello sviluppo, sulla propria relazione con il figlio, sui propri atteggiamenti, comportamenti e rappresentazioni del figlio, sui compiti cruciali del genitore nelle varie fasi evolutive. L'intervento ha lo scopo di aiutare i genitori a svolgere al meglio la propria funzione di figura educativa capace di sostenere le capacità del minore in ogni fase di sviluppo e si pone i seguenti obiettivi: accrescere le competenze genitoriali, al fine di favorire scelte educative consapevoli e coerenti, che consentano di gestire le problematiche con maggiore coscienza di sé come genitore; potenziare le competenze comunicative, la capacità di gestire i conflitti, di porre limiti e regole, di accogliere le emozioni, comprendere i bisogni, i comportamenti del minore, favorendo un miglioramento della qualità della relazione genitore-figlio.