

Psicologa dello sviluppo, dell'educazione e del benessere. Psicoterapeuta cognitivo comportamentale. Psicologa psicoterapeuta di riferimento della Società Cooperativa Albero Onlus di Roma. Mi occupo d'infanzia, famiglie ed età adulta. Utilizzo con i bambini e con gli adolescenti un approccio di terapia cognitivo comportamentale integrato che parte da un canale principalmente ludico. In terapia spesso disegno e utilizzo come riferimento diversi anime e manga.

Quest'approccio è nato proprio perché da sempre sono un pò "nerd" e questa caratteristica si è considerata più che funzionale in terapia. Con gli adulti utilizzo un approccio che prende spunto da metodi di terapia come la CBT, la mindfulness e l'ACT, prendendo come riferimento anche la filosofia orientale.

Ho fondato inoltre la pagina online di "Psicobenessere al Femminile", che parla appunto di benessere e divulgazione psicologica al femminile. Ad oggi la comunità ha raggiunto 15.100 followers. E' una pagina minimalista che raccoglie miei pensieri e riflessioni, anche qui utilizzo i miei disegni e talvolta faccio live e interventi per la comunità. Instagram la considero una bella opportunità e un ottimo curriculum vitae per farsi conoscere e mettere in campo le proprie abilità. Grazie a questo social "mi sono fatta conoscere", ho acquisito maggiore sicurezza in me stessa "in quanto professionista", ho avuto l'opportunità di confrontarmi con grandi colleghi molto attivi dal punto di vista "social" e ho inoltre ricevuto diverse proposte di lavoro anche dal punto di vista dell'online".

ASCOLTA IL PODCAST

5 (100%) 2 votes