

**PRESENTAZIONE PROFESSIONALE**

Sabrina Maini, psicologa e psicoterapeuta conduce **incontri** e **colloqui** di **consulenza, sostegno psicologico e psicoterapia.**

Il modello di riferimento teorico e di studio è **sistemico relazionale**, in questa ottica, le **relazioni** diventano lo strumento principale per lavorare con le persone.

Andando a vedere le tipologie di relazioni costruite e che si hanno intorno a sé si possono trovare anche le **risorse** e le **modalità** con cui la persona può **rileggere** e **affrontare** le situazioni che stanno più a cuore o che preoccupano maggiormente.

I percorsi possono essere diversi: psicoterapia, sostegno psicologico e **consulenza individuale**, di **coppia** e **familiari** (ad es. genitori e figli insieme) e saranno concordati nel primo incontro di conoscenza rispetto a necessità, bisogni ed esigenze del paziente/cliente.

Nella mia esperienza ho avuto modo di incontrare situazioni di varia natura, fra le più comuni:

* **disturbi d’ansia e manifestazioni psicosomatiche, attacchi di panico e fobie; disturbi del sonno/insonnia; disturbi alimentari, situazioni sentimentali difficili**
* **disorientamento personale (confusione nell’affrontare la vita in generale), difficoltà a prendere decisioni e a fare delle scelte, scarsa motivazione e capacità di reagire**

* **problemi di coppia legati ad aspetti relazionali, conflittualità, difficoltà nel comunicare o di natura sessuale**
* **situazioni familiari difficili come ad esempio: separazioni, distanze fra genitori e figli e incapacità di comunicare, difficoltà scolastiche disturbi del comportamento del bambino e dell’adolescente**
* **dipendenze da sostanze, da alcol, gioco d’azzardo**
* **depressione**

L’approccio sistemico mette al centro la relazionee considera il disagio all’interno della storia familiare in cui ogni persona del sistema esercita una serie di influenze sugli altri.

La finalità dell’intervento è di attivare l’individuo, la coppia o il sistema familiare attraverso l’esplorazione e la narrazione dei vissuti **per superare il momento di crisi e trasformarlo in opportunità.**