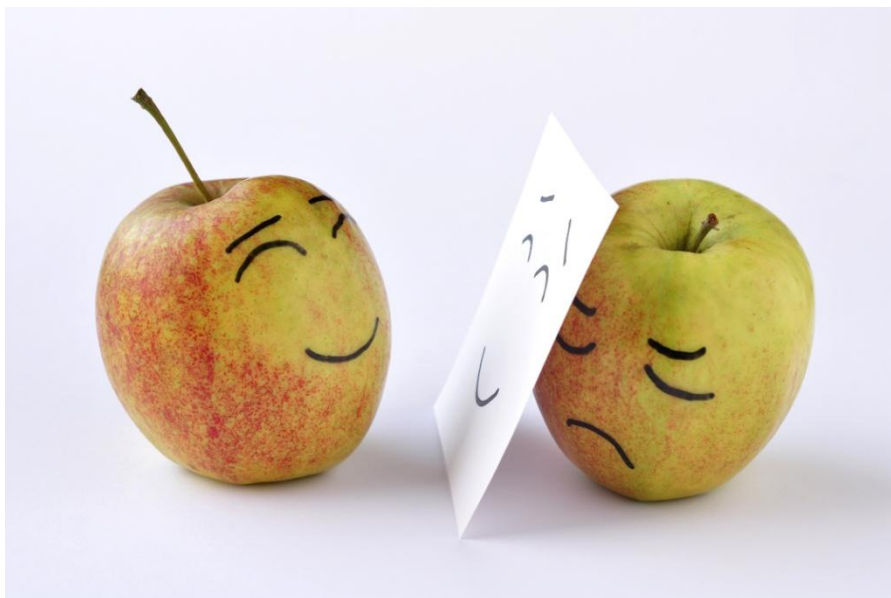




Area Psicologia Clinica

*Servizi di Psicologia e Psicoterapia
per bambini, adolescenti e adulti*



Al Centro Your Self è attivo un polo di psicologia clinica e psicoterapia per bambini, adolescenti ed adulti, che offre servizi diversificati e personalizzati. Svolgiamo con competenza e spirito di accoglienza:

- ✓ **Percorsi di psicoterapia individuale:** rivolti sia a giovani sia ad adulti, che presentano sintomatologie psicologiche (come ansia, depressione, attacchi di panico, sensazione di tristezza pervasiva, facile irritabilità, impulsività, tendenza a non controllare le reazioni, stato di ritiro, fatica ad uscire da situazioni di stallo o di dipendenza, difficoltà a intraprendere un proprio percorso progetto lavorativo, sentimentale, familiare, difficoltà nel sonno, nell'alimentazione – consumo di cibo vorace, non controllato, scarso, etc).



- ✓ **Terapia di coppia:** percorsi pensati per recare aiuto a coppie che stanno affrontando momenti di crisi, conflittualità, incomprensioni. Il percorso ha come fine l'analisi e la comprensione della crisi, che può essere un momento evolutivo per la coppia, o può strutturarsi come percorso preliminare ad altri.
- ✓ **Terapia familiare:** percorso che si rivolge all'intero nucleo familiare che vive un disagio, o che deve affrontare particolari momenti di passaggio o di blocco, con la necessità di ridefinire i ruoli familiari e i processi di comunicazione interna.
- ✓ **Percorsi di mediazione familiare e accompagnamento ai genitori in fase di separazione:** il percorso è rivolto a coppie sposate, di fatto, ed omogenitoriali, e si pone l'obiettivo di sostenere e rendere più facile il raggiungimento di accordi per rendere più semplice e facile il mantenimento della comune funzione genitoriale anche se è in corso una fase di separazione/post separazione e/o divorzio della coppia sentimentale.
- ✓ **Consulenza psicologica:** incontri di consultazione e di aiuto psicologico in delicati momenti di passaggio di vita (cambiamento del proprio ruolo, ad esempio da figlio a genitore, separazioni, passaggio all'età adulta, assunzione di nuove responsabilità), momenti in cui si avverte fatica e sofferenza (lutti, cambiamenti improvvisi, malattie), difficoltà nel prendere decisioni oppure dubbie difficoltà ad assumere decisioni riguardo a scelte sul proprio futuro.
- ✓ **Consulenza pedagogica:** incontro con un esperto, per confrontarsi ed essere guidati su problemi ed aspetti di carattere educativo, su alcuni momenti/scelte di vita, su comportamenti che riguardano sé stessi, la famiglia e/o i figli, sviluppando strategie nuove per affrontare le difficoltà quotidiane e sviluppando maggiori capacità e conoscenze.

AUTOSTIMA E CRESCITA PERSONALE

Il concetto di autostima può essere definito come *la capacità di avere un buon rapporto con se stessi, inteso come condizione fondamentale per una relazione costruttiva e gratificante con gli altri e col mondo. Occorre tener presente che questa capacità può essere perfezionata nel corso della vita intera. L'autostima è il risultato dello sguardo che un individuo posa su se stesso, sui multiformi aspetti del Sé, che includono l'aspetto fisico, le competenze, i risultati personali e professionali, la ricchezza della vita affettiva.*

Tuttavia, vi sono persone che, nonostante il proprio successo in uno o più di questi ambiti, non presentano un corrispondente livello di autostima.

Presso il Centro Your Self si tengono percorsi per lo sviluppo o per il rafforzamento della propria autostima, sotto la guida di psicologi esperti, in un ambiente familiare ed accogliente. Esistono oggi tecniche che possono aiutare enormemente a sviluppare e rafforzare l'autostima. Con i nostri percorsi migliorare e **rafforzare la stima di sé** non



richiede mesi, al contrario, è possibile accrescerla e rafforzarla in modo semplice, rapido e sicuro, anche in breve tempo. Per prima cosa è necessario capire come si costruisce l'autostima e valutare ciò che si può fare per modificarla.

Fatto questo, è necessario procedere assumendosi la responsabilità del cambiamento che si desidera realizzare. Indubbiamente, i nostri genitori, educatori, insegnanti ci hanno fornito elementi importanti, in senso positivo ed in senso negativo. Tuttavia, in quanto adulti, la decisione di cambiare e la direzione che daremo a questo nostro cambiamento spetta a noi stessi.

I DISTURBI DI PERSONALITA'

La personalità può essere considerata una sintesi di pensieri, emozioni e comportamenti che rendono ogni individuo unico e quindi diverso da ogni altra persona. La personalità corrisponde al proprio personale modo di vedere, comprendere e relazionarsi con il mondo esterno, ma anche di considerare se stesso. La personalità è un fattore che si forma e si sviluppa durante un arco di tempo che inizia con l'infanzia, attraverso l'interazione tra fattori ereditari e ambientali.

In psicologia clinica e psichiatria, la definizione di disturbo di personalità indica un disturbo mentale che manifesta un tipo di pensiero e di comportamento da cui si produce un adattamento inadeguato alla realtà, che si manifesta in modo pervasivo (ossia, non limitato ad uno o a pochi contesti), inflessibile, apparentemente permanente, coinvolgendo la sfera cognitiva, affettiva, interpersonale. Si parla di disturbo nel momento in cui tale manifestazione sintomatologica causa un disagio significativo. I disturbi di personalità sono disturbi mentali inclusi nei più diffusi manuali diagnostici internazionali e differiscono dai disturbi clinici in quanto sono generalmente egosintonici (per cui il soggetto difficilmente si rende conto di essere "affetto" da un disturbo e più frequentemente considera i sintomi come tratti peculiari del proprio stile di vita) e alloplastici (la persona tende a cambiare l'ambiente, non se stesso). Per una diagnosi di disturbo di personalità è necessario che la persona abbia raggiunto la maggiore età; diagnosticare un disturbo di personalità in soggetti adolescenti è un tipico errore, poiché modificazioni ormonali e cambiamenti sociali rapidi potrebbero creare manifestazioni simili, ma non identificabili come veri e propri disturbi (oppure potrebbe trattarsi di un disturbo pervasivo dello sviluppo).

Al centro YouSelf viene effettuato un percorso diagnostico durante il quale il professionista basa la diagnosi di disturbo di personalità sulla storia evolutiva della persona, ricercando se vi siano modelli di pensiero e di comportamento di tipo ripetitivo e disadattivo. Queste regolarità tendono a diventare apparenti dal momento che la persona resiste tenacemente a cambiarle malgrado le loro conseguenze negative. Lo psicoterapeuta può anche interpellare le persone che interagiscono di solito con il paziente.

I disturbi di personalità hanno in comune quattro principali caratteristiche:

1. Pensiero distorto



2. Risposte emotive problematiche
3. Eccessiva o ridotta regolazione degli impulsi
4. Difficoltà interpersonali

Secondo il DSM-5 (APA 2013) queste caratteristiche combinate possono dare origine a 10 disturbi di personalità organizzati in 3 cluster (insiemi).

Cluster A dei disturbi di personalità

Condotte di comportamento bizzarre o eccentriche

I disturbi di personalità del Cluster A sono:

- Disturbo Paranoide di Personalità
- Disturbo Schizoide di Personalità
- Disturbo Schizotipico di Personalità

Questi disturbi condividono un significativo disagio negli ambienti sociali, ritiro sociale e pensiero distorto.

Cluster B dei disturbi di personalità

Condotte di comportamento drammatiche, emotive o disregolate.

I disturbi di personalità del Cluster B sono:

- Disturbo Borderline di Personalità
- Disturbo Narcisistico di Personalità
- Disturbo Istrionico di Personalità
- Disturbo Antisociale di Personalità

Questi disturbi presentano difficoltà nel controllo degli impulsi e nella regolazione emotiva.

Cluster C dei disturbi di personalità

Condotte di comportamento ansioso o inibito.

I disturbi di personalità del Cluster C sono:

- Disturbo Evitante di Personalità
- Disturbo Dipendente di Personalità
- Disturbo Ossessivo-compulsivo di Personalità

Questi disturbi si caratterizzano soprattutto per alti livelli di ansia, inibizione sociale, sentimenti d'inadeguatezza e un'ipersensibilità alle valutazioni negative.

I nostri esperti intervengono prima di tutto sui sintomi di ansia e depressione e gli altri sintomi emotivi. **La terapia farmacologica può essere spesso d'aiuto**, anche se essa non interviene sulle caratteristiche di personalità. Poiché questi tratti si sviluppano nell'arco di molti anni, il trattamento delle caratteristiche disadattive di personalità può richiedere tempi prolungati. **Alcune tipologie di psicoterapia, prima fra tutte quella cognitivo-comportamentale, seguita da alcuni professionisti del Centro, sono risultate efficaci nell'aiutare le persone affette da questi disturbi.**



ANSIA E ATTACCHI DI PANICO - I SINTOMI E LE CURE

L'ansia è uno stato emozionale caratterizzato da sensazioni di tensione, minaccia, preoccupazioni e modificazioni fisiche, come per esempio l'aumento della pressione sanguigna. Le persone con Disturbi d'Ansia solitamente presentano pensieri negativi e preoccupazioni, che si presentano frequentemente. Inoltre, possono tendere ad evitare alcune situazioni sociali in funzione di evitare l'insorgenza dei sintomi.

L'Associazione americana per la psichiatria (1994), descrive l'ansia come:

“L'anticipazione apprensiva di un pericolo o di un evento negativo futuro, accompagnata da sentimenti di disforia o da sintomi fisici di tensione. Gli aspetti che la persona con problematiche di ansia avverte come esposti ad un pericolo, possono appartenere sia al mondo interiore che a quello esterno”.

Va tenuto presente però, che l'**ansia** e la paura non siano necessariamente sensazioni “cattive”, infatti un **giusto grado di ansia** (non eccessivo) ci permette di essere più performanti.

Stando alle indicazioni fornite nel Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (quinta edizione; DSM-5; American Psychiatric Association, 2013), i disturbi d'ansia si differenziano dalla normale paura o **ansia** evolutive perché le persone che ne sono colpite presentano paure eccessive o persistenti (durano tipicamente 6 mesi o più)

Riportiamo in un breve elenco i **disturbi d'ansia categorizzati dal DSM-5:**

- ✓ Disturbo d'ansia di separazione
- ✓ Mutismo selettivo
- ✓ Fobia specifica
- ✓ Disturbo d'ansia sociale
- ✓ Disturbo di Panico
- ✓ Agorafobia
- ✓ Disturbo d'ansia generalizzata
- ✓ Disturbo d'ansia indotto da sostanze/farmaci
- ✓ Disturbo d'ansia dovuto a un'altra condizione medica
- ✓ Disturbo d'ansia con altra specificazione.

Nel dettaglio, la **sintomatologia ansiosa**, che si manifesta con maggiore gravità nel Disturbo di Panico, comprende: palpitazioni, cardiopalmo o tachicardia, aumento della sudorazione, tremori fini o a grandi scosse, dispnea o sensazione di soffocamento, sensazione di asfissia, dolore o fastidio al petto, nausea o disturbi addominali, sensazioni di vertigine, di instabilità, di “testa leggera” o di svenimento, brividi o vampate di calore, parestesie (sensazioni di torpore o di formicolio), derealizzazione (sensazione di irrealtà) o depersonalizzazione (essere distaccati da se stessi), paura di perdere il controllo.



Si può parlare di attacco di panico quando il soggetto esperisce un'improvvisa paura o disagio intensi che raggiungono il picco in pochi minuti, accompagnati da quattro o più dei sintomi sopraelencati.

L'aiuto dei nostri esperti diretto alle persone con problematiche di ansia e/o attacchi di panico, basa il trattamento sulla psicoterapia cognitivo-comportamentale che comporta l'eliminazione o la riduzione del sintomo, e successivamente il raggiungimento di un adeguato adattamento dell'individuo all'ambiente. La terapia dell'ansia prevede un lavoro di ricerca e valutazione delle aspettative e degli schemi cognitivi abituali e di una conseguente ricerca di schemi alternativi e più funzionali. Essa interviene sulla diminuzione dell'ansia e del rimuginio aiutando i pazienti a migliorare la capacità di tollerare, affrontare e accettare l'inevitabile incertezza della quotidianità (Dugas&Robichaud, 2007). Le strategie e le tecniche utilizzate includono ad esempio i training di consapevolezza dei propri stati ansiosi, le esposizioni in vivo e immaginative, le ristrutturazioni cognitive delle credenze irrazionali e gli esercizi di problem-solving.

Nello specifico, negli ultimi anni, è stato dato in questo campo molto spazio sia alla terapia metacognitiva che alla terapia focalizzata sull'intolleranza dell'incertezza ovvero la terapia cognitiva standard.

PSICOTERAPIA DI COPPIA: UN AIUTO AI CONIUGI CHE SI SEPARANO.....

Specie in alcuni casi, non si può sostenere che la coppia debba rimanere unita ad ogni costo, nonostante tutto. Tali presunte unioni, caratterizzate spesso da una forte conflittualità, possono avere effetti, ancora più negativi, privando genitori e figli della serenità e del benessere, individuali e familiari. A volte, per una coppia, o per la singola persona, la separazione può essere la strada migliore: non sempre si riesce a "superare" un aspetto, un evento, uno stato d'animo nuovo, mutato, o anche delle ferite; non sempre è possibile accantonare tutte le cause di malessere ed insoddisfazione, e ripartire insieme. Ma, certamente, si può affrontare questo evento importante in un modo meno conflittuale, più collaborativo, meno traumatico, trovando soluzioni equilibrate nell'interesse di tutti coloro che sono coinvolti in tale tappa, fondamentale in ogni storia familiare. L'aiuto di un esperto può essere a tal fine prezioso. L'esperto psicologo è una persona terza alle parti in conflitto, ed è neutrale. Egli aiuta il singolo, o la coppia, a capire se stesso, il partner e la propria unione, ma soprattutto diventa un sostegno per chi avverte il bisogno di parlare, e di imparare a gestire meglio i pesi legati a tale momento. Ci si può rivolgere ad un professionista per vari motivi, per esempio se si avverte la necessità di un 'terzo neutrale' che aiuti a gestire il momento e ad 'uscire' dalla situazione conflittuale per poter prendere insieme degli accordi per il benessere futuro di ciascun membro della famiglia. Il percorso di **aiuto psicologico** è utile alla gestione del conflitto coniugale con la finalità di salvaguardare i legami familiari. È possibile conseguire questo fondamentale obiettivo, aiutando a restare genitori, coloro che ormai stanno prendendo strade diverse, ciascuno con e nel proprio ruolo genitoriale e ciascuno con il proprio valore. Tramite la salvaguardia di questo fondamentale valore



soggettivo, il professionista psicologo, insieme alla coppia, ripristina la comunicazione e di conseguenza la collaborazione tra gli ex coniugi.

.....E AI LORO FIGLI

La separazione e il divorzio dei genitori, è un evento che causa molto stress, soprattutto per i figli. Alcuni studi scientifici, hanno messo in luce degli aspetti specifici che si riscontrano di frequente nei figli di genitori separati: aggressività, comportamenti impulsivi e antisociali, disturbi della condotta, difficoltà ad adeguarsi alle figure portatrici di autorità, problemi nella relazione con i propri coetanei e con i genitori, ansia, bassa autostima. Se è vero che non tutti questi ragazzi sviluppano poi tali problemi, è altrettanto vero che la separazione è un evento stressante: essa richiede un rilevante cambiamento di vita e quindi un adattamento ad una nuova realtà e ad una nuova dimensione familiare ed individuale. Molti ragazzi, soprattutto i più piccoli, possono per esempio provare un forte turbamento, perfino un dolore, dinanzi alla necessità di trasferirsi in un'altra casa. Altro tipico fattore di stress, e fonte di preoccupazione e talvolta di turbamento, per i più piccoli, è causato dalla presenza, accanto a "mamma" e "papà", di nuovi partner, oppure, ancor più, la nascita di fratelli dalle nuove unioni.

I genitori in fase di separazione, talvolta, possono non avvertire in sé le risorse per gestire il proprio figlio, e per essere per lui un punto di riferimento sempre rassicurante. E' molto importante capire lo stato d'animo del figlio, creare per i più piccoli momenti di espressione e di comunicazione. L'esperto, anche grazie al racconto dei genitori e delle altre figure rilevanti nella vita dei ragazzi, tenta di creare un canale di dialogo con il bambino, e interpreta il suo comportamento ed il suo atteggiamento. Infine, l'esperto psicologo fa da tramite tra figli e genitori, suggerendo ed indicando il modo migliore di rapportarsi ai più piccoli.

SERVIZIO DI PSICOLOGIA DELL'ORIENTAMENTO SCOLASTICO

La scelta del proprio percorso scolastico rappresenta sempre un momento complesso ed impegnativo, poiché da tale scelta possono dipendere o essere condizionati la riuscita ed il benessere personale del soggetto. Quando il ragazzo sperimenta una situazione d'incertezza e di confusione, di difficoltà decisionale, di non piena conoscenza dei propri punti di forza e di debolezza, di mancata chiarezza circa le proposte formative e professionali che l'ambiente e il territorio offrono, può essere di aiuto rivolgersi ad un professionista, esperto e con competenze specialistiche.

L'orientamento scolastico fornisce un supporto nella costruzione del percorso formativo indicando le diverse possibilità esistenti nel mondo scolastico e favorendo nel ragazzo la consapevolezza circa la scelta più adatta alla propria personalità. Il servizio di orientamento scolastico proposto dal Centro YourSelf infatti, guida a **scoprire**



e analizzare le proprie caratteristiche, risorse, talenti, criticità, aiuta a riflettere sul proprio percorso scolastico, identifica sia gli aspetti relativi al carattere, sia aspetti personali e psicologici, o di natura più propriamente professionali da cui bisogna partire per effettuare la scelta migliore.

SERVIZIO DI PSICOLOGIA DELL'ORIENTAMENTO AL LAVORO

Il Servizio è mirato a valorizzare il proprio profilo professionale, fare un bilancio delle competenze acquisite e trovare una giusta collocazione lavorativa.

Il servizio è adatto a tutte le età: a chi è più giovane, deve e vuole collocarsi ma non riesce a capire come trovare lavoro e quali canali utilizzare, ma anche a chi sta cambiando lavoro e vuole utilizzare al meglio il suo potenziale e le sue capacità.

Il Centro Your Self svolge con esperti del settore il servizio di psicologia finalizzata all'orientamento.

I nostri esperti in psicologia dell'orientamento sono in grado di prestare un aiuto qualificato, unito a disponibilità umana, a persone che si trovano a dover compiere delle scelte importanti per il proprio futuro, sia personale che lavorativo-professionale, e che vivono sentimenti di difficoltà legati all'orientamento e all'assunzione di decisioni.

SERVIZIO PSICOLOGICO PER DISABILI

Il polo disabilità del centro YourSelf predispone azioni ed interventi di sostegno psicologico rivolti a persone disabili: bambini, adolescenti, adulti con disabilità intellettiva, sindrome di down, autismo. L'intervento di aiuto e supporto psicologico è finalizzato alla possibilità di crescere anche se le gravi limitazioni all'autonomia personale riducono le risorse personali. **Il centro Your Self si occupa anche di sostegno per la famiglia, di supporto scolastico/formativo e di percorsi di mediazione con la scuola.**

Le azioni hanno lo scopo di potenziare le risorse del singolo, permettendo di riuscire ad affrontare serenamente le molte "sfide" e compiti affrontati da bambini, adolescenti e genitori: il momento della diagnosi, i primi anni di vita, la fanciullezza e l'adolescenza, l'età adulta, la vecchiaia, ecc.

Il supporto ai genitori e ai familiari delle persone con disabilità ha lo scopo di favorire lo sviluppo ed il potenziamento di risorse funzionali ad un ambiente facilitante e piacevole.

Il Servizio è impegnato nei colloqui di sostegno psicologico individuale, nei rapporti con i familiari e nella presa in carico delle persone che presentano disturbi comportamentali.

SERVIZIO DI SUPPORTO PSICOLOGICO A DOMICILIO

La consulenza psicologica domiciliare include azioni di sostegno psicologico alle persone anziane disabili affetti da patologie quali morbo di Alzheimer, morbo di Parkinson o demenza, e ai loro familiari. Il servizio è inoltre rivolto



ai pazienti oncologici e ai loro familiari.

LA DIAGNOSI PSICOLOGICA PER BAMBINI

Genitori, educatori, insegnanti, e in generale adulti che vivono ed interagiscono col bambino, possono ritenere, dinanzi a certi comportamenti, atteggiamenti e modi di essere, che il bambino abbia “un problema”. Ma, in tali casi, per capire con certezza come stanno realmente le cose, e quindi per affrontare in modo appropriato, corretto, la situazione del bambino, senza commettere errori valutativi, può essere saggio e necessario rivolgersi ad un professionista, per arrivare alla formulazione di una diagnosi. La diagnosi psicologica costituisce un processo strutturato, tramite il quale lo psicologo si propone la finalità di conoscere e comprendere il bambino, e che può condurre ad ottenere informazioni sulla natura, entità e le eventuali cause della problematica lamentata. Questo processo si fonda su precisi strumenti e metodologie: quali il colloquio anamnestico con i genitori, l'osservazione del bambino durante il gioco, test psicologici e l'interpretazione dei disegni del bambino. Questo processo ha lo scopo di individuare i fattori intrapsichici, familiari, biologici, relazionali, che possono aver contribuito ad originare il disturbo e lo stato di sofferenza lamentato.

Genitori, figli e regole

Sicuramente, nel tempo attuale, la problematica delle regole e della loro gestione costituisce un argomento particolarmente delicato e spesso difficile per coloro i quali si occupano di accompagnare bambini e ragazzi durante la crescita. Alcune certezze del tempo passato sembrano oggi non essere più tali, alcuni modelli di intervento e di educazione risultano non essere più efficaci e gli adulti di frequente si confrontano con la fatica e i dubbi determinati dal compito della gestione dei limiti. Spesso, infatti, non è semplice capire come comportarsi, che atteggiamenti e misure assumere davanti a comportamenti che appaiono ispirati alla trasgressione, come interpretarli, quale significato attribuirgli.

Il Centro Your Self svolge un servizio professionale rivolto a genitori di bambini della scuola primaria e di adolescenti per riflettere con loro sul tema delle regole e della loro gestione quotidiana per aiutarli ad individuare e a sviluppare strategie di intervento che siano adeguate ed efficaci. Il percorso prende inizio con l'esame delle idee che proprio i bambini e i ragazzi manifestano attorno a questo tema. Il percorso successivo mira ad evidenziare la valenza psicologica ed educativa del confronto con il limite, offrendo ai genitori spunti di riflessione e strumenti utili ed efficaci per il proprio ruolo.

SERVIZIO PER GENITORI CON FIGLI ADOLESCENTI

L'adolescenza di un figlio può avere effetti importanti sul sistema familiare. Le problematiche proprie della fase adolescenziale infatti, non riguardano soltanto il



ragazzo ma l'intero gruppo familiare e determinano in esso significativi cambiamenti. I genitori, quando il figlio supera l'età infantile, entrando in quella adolescenziale, assistono spesso a vere e proprie tempeste di natura emotiva; pertanto, spesso il genitore si sente disorientato, ed avverte una sensazione di stanchezza, impotenza, talvolta fallimento. Con l'adolescenza, il ragazzo inizia ad avere nel mondo esterno alla famiglia un polo di attrazione centrale. I genitori l'ambito familiare di origine assumono dunque un ruolo secondario ma hanno pur sempre un valore irrinunciabile. Spesso queste trasformazioni portano con sé dubbi, incertezze e domande nuove. In certi casi i genitori trovano in sé le risorse per far fronte a questi cambiamenti; a volte, invece, ci si sente sopraffatti e la crisi causata dai cambiamenti dei ragazzi travolge anche la famiglia. In questi casi può essere utile il confronto con un professionista, che ascolta, consiglia e non giudica; confronto che può conferire al genitore o ai genitori una maggiore tranquillità, facendo attenuare lo stress, e facendo ritrovare la forza e l'energia per rimettersi in moto.

Queste -ma non solo- sono le principali problematiche affrontate dai nostri professionisti:

- difficoltà di inserimento con compagni di classe o insegnanti
- difficoltà di inserimento con i coetanei
- atteggiamenti aggressivi eccessivi o ingiustificati
- problemi nel vissuto quotidiano a casa
- difficoltà relazionali con genitori, fratelli, parenti acquisiti
- comportamenti inadeguati nel rapporto con le nuove tecnologie
- paure ed ansie
- crisi legate alla crisi del nucleo familiare: separazioni, divorzio, malattie.

Il Centro Your Self con i suoi professionisti (psicologi e psicoterapeuti) si offre come punto di riferimento per i genitori, che possono trovarvi ascolto, condivisione e sostegno nella fase problematica dell'adolescenza dei propri figli, accompagnando la famiglia, genitori e figli, in questo delicato periodo di transizione.

SOSTEGNO PSICOLOGICO PER ADOLESCENTI CON COMPORTAMENTI A RISCHIO

L'adolescenza è una fase della vita potenzialmente difficile per l'individuo: man mano l'adolescente acquista e cerca maggiore autonomia dai genitori e ricerca nuovi modelli di vita. Questo cambiamento determina spesso turbamento sul piano emotivo e perdita di certezze, con un conseguente senso di disorientamento, proprio legato alla perdita di quei riferimenti stabili ai quali il ragazzo ha guardato durante tutta l'infanzia e la necessità costruire un proprio progetto di vita. La sofferenza- sentimento spesso provato dall'adolescente può manifestarsi in modi diversi, in rapporto alla sua personalità: ma, variabile spesso decisiva, è la possibilità di ottenere un sostegno adeguato da parte del proprio nucleo familiare e più in generale dall'ambiente di provenienza. Il ragazzo può



esprimere il proprio disagio proprio un comportamento deviante o sintomatico, che è soprattutto un modo con cui il giovane tenta di comunicare la propria sofferenza, il proprio disorientamento o il bisogno di risolvere una condizione interiore.

Sono definiti comportamenti a rischio, una serie di comportamenti tra loro diversi, ma che hanno la caratteristica comune di poter causare, nel breve o medio e lungo periodo, pregiudizi significativi in incidenti sul benessere fisico, psicologico e sociale dell'individuo. Occorre evitare, dinanzi ai comportamenti a rischio, l'errore di considerarli come azioni prive di senso o conseguenza di un senso di conformismo verso modelli culturali e sociali predominanti; o di un'insufficiente conoscenza del pericolo. Essi, al contrario, secondo numerosi esperti, rappresentano delle modalità dotate di una propria logica, che sono assunte da numerosi adolescenti, in uno specifico momento della loro vita e in un particolare contesto, per realizzare obiettivi personali e sociali importanti per lo sviluppo della persona.

L'educatore-genitore, parente, insegnante, per svolgere efficacemente il proprio compito, deve porre in essere un'azione preventiva che metta al proprio centro la categoria delle funzioni, ossia che sia capace di analizzare il significato ed i vantaggi che gli adolescenti traggono dai comportamenti a rischio. E' importante, nella relazione d'aiuto con l'adolescente, svolgere un ruolo di prevenzione, nel senso far conseguire al giovane gli stessi obiettivi di sviluppo evitando di assumere comportamenti ed abitudini a rischio; e contestualmente favorire lo sviluppo di altri comportamenti che possono svolgere le stesse funzioni positive. L'intervento educativo dovrebbe innanzitutto dare modo al giovane di essere informato e di riflettere, in modo tale che egli possa diventare consapevole sul significato e sugli effetti del proprio comportamento e di attivarsi con nuove strategie per raggiungere gli stessi scopi in modo più opportuno e salutare.

Spesso, quando la famiglia non si sente in grado di affrontare e risolvere problemi e disagi che col tempo al contrario si aggravano, il ricorso ad un professionista può essere una scelta saggia. Presso il nostro centro i genitori in difficoltà potranno trovare uno spazio d'ascolto accogliente e non giudicante, dove poter trovare nuove strade per dare aiuto ai propri figli.

SELEZIONE DEL PERSONALE PER AZIENDE

Spesso per un'azienda trovare la risorsa giusta non è facile. Per trovare il candidato più adatto, infatti, sono necessarie varie competenze, unite a diverse capacità e variabili soggettive e caratteriali, che si sviluppano con l'esperienza professionale e personale di ciascuno. Per svolgere al meglio il processo di selezione del personale occorre individuare le effettive capacità del candidato e, soprattutto, le sue potenzialità di crescita e di sviluppo. Il centro YourSelf seleziona i consulenti proprio in base alle loro capacità comunicative e di ascolto attivo da attuare durante tutte le fasi del processo di selezione del personale, che sono le seguenti:



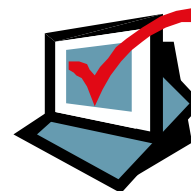
- **Job analysis:** fase iniziale, che prevede l'incontro tra azienda di selezione e cliente, è finalizzata ad individuare le competenze che il candidato ideale dovrà avere
- **Reclutamento:** fase di raccolta e di prima scrematura dei profili da parte dell'azienda di selezione, con conseguente individuazione di un gruppo ristretto di potenziali candidati
- **Selezione:** attraverso una serie di colloqui, unitamente all'impiego di altre metodologie e modalità, sarà selezionato il candidato ideale tra i candidati selezionati, considerando non solo le capacità professionali ma anche le caratteristiche di personalità che si presume il candidato debba avere per inserirsi armoniosamente e proficuamente all'interno dell'organizzazione cui è destinato.

Affidarsi agli esperti durante la fase di ricerca del personale è fondamentale per il collocamento della giusta risorsa all'interno dell'azienda: non tutte le posizioni lavorative, infatti, richiedono le stesse competenze o variabili personali. Un processo di selezione svolto con professionalità e serietà **rappresenta l'elemento che fa la differenza tra un inserimento di successo e uno fallimentare.**

CENTRO
YOURself

psicologia, didattica, formazione, consulenza

CENTRO CONVENZIONATO ANASTASIS



**VIENI A TROVARCI PER UN PRIMO INCONTRO ORIENTATIVO DI CONSULENZA GRATUITA A:
VARESE, VIA ALBUZZI 8 – TEL. 03321951161- CELL. 3472900171
BUSTO ARSIZIO, VIA BELLINGERA 4 – TEL. 03311486833- CELL. 3472900171**