

Lo psicologo chi è

Scritto da equipe

Martedì 22 Novembre 2011 14:34 - Ultimo aggiornamento Venerdì 14 Settembre 2012 15:31

Lo psicologo: istruzioni per l'uso...

Chi è lo Psicologo...

Capita a volte che quando squilla il telefono del Consultorio chi risponde si trovi a rassicurare la persona dall'altro capo del telefono sulla figura professionale dello psicologo. Vi è infatti un certo timore verso questa figura professionale che viene descritta nei modi più strani ... “come il dottore dei matti”, “colui che ha tutte le risposte e che vuole solo farsi gli affari tuoi”, “una persona buona che ti consiglia e ti conforta”, “un mago che ti cambia” ... Ma allora chi è lo psicologo?

Lo psicologo è un laureato in psicologia, abilitato all'esercizio della professione e iscritto ad un ordine regionale degli psicologi. Lo psicologo è un professionista che lavora nel campo della salute mentale con competenze e funzioni specifiche.

E' la figura di riferimento per tutti coloro che desiderano monitorare e migliorare il proprio benessere psicologico, potendo essere di aiuto nell'ottimizzazione della qualità della vita, nel supporto alle normali crisi di crescita o nell'adattamento agli eventi più significativi (ingresso scolastico, matrimonio, gravidanza, lutto, separazioni, pensionamento, ecc).

I suoi interventi sono destinati a coppie, famiglie, singoli e comunità.

Quando rivolgersi ad uno psicologo...

Quando un problema è tale da non poter essere affrontato con i propri mezzi, o con l'aiuto di parenti e amici. E' bene sottolineare che una condizione di sofferenza non è di per sé patologica, anzi è una reazione “sana” poiché dimostra che manteniamo il contatto con la realtà di fronte ad eventi critici come la morte, un incidente, la rottura di una relazione importante, la perdita del lavoro....

Lo psicologo chi è

Scritto da equipe

Martedì 22 Novembre 2011 14:34 - Ultimo aggiornamento Venerdì 14 Settembre 2012 15:31

Quando, però, la sofferenza o il disagio finisce per ripercuotersi e condizionare la vita di tutti i giorni è opportuno cercare tutte le soluzioni che possono migliorare la qualità della propria vita.

In queste e altre circostanze, quando il disagio è difficilmente gestibile, per cercare nuove soluzioni alle situazioni problematiche o interrogarsi sui motivi del proprio malessere è possibile rivolgersi ad uno psicologo.

Ecco alcuni **esempi**:

Quando si avvertono dei blocchi che ostacolano la propria capacità di scegliere, decidere, agire;

- Quando manca la serenità, quando ci si accorge di avere reazioni inadeguate che portano sofferenza a sé stessi e/o agli altri;
- Quando si ha la sensazione, o il timore, di non comprendere più il proprio vissuto, di perdere la bussola e il timone di se stessi e della propria vita;

Cosa fa lo psicologo in Consultorio...

L'attività dello psicologo ha come finalità quella di favorire il cambiamento, potenziare le risorse e accompagnare gli individui, le coppie, le famiglie, le organizzazioni nelle diverse fasi della vita.

Lo psicologo è formato e preparato per il primo ascolto, la valutazione, la diagnosi, l'orientamento e il supporto, riguardo a tutti i disagi e disturbi psicologici.

Nel nostro Consultorio, l'equipe di psicologi si occupa di:

- consulenza psicologica al singolo individuo, alla coppia, ai genitori, alla famiglia, orientata alla comprensione e alla definizione del problema e alla ricerca di eventuali strategie di

Lo psicologo chi è

Scritto da equipe

Martedì 22 Novembre 2011 14:34 - Ultimo aggiornamento Venerdì 14 Settembre 2012 15:31

trattamento adeguate

- Interventi di prevenzione, riabilitazione e sostegno;
- Interventi volti alla crescita personale: migliorare la comunicazione, l'autostima, la propria qualità di vita, etc...

Avvertenze speciali:

Lo psicologo è un facilitatore, una figura neutrale e non giudicante, tenuta al segreto professionale, che ha il compito di aiutare le persone a riflettere su se stesse, esplorare prospettive diverse e soluzioni possibili.

Il rapporto che si crea fra lo psicologo e l'utente è una relazione in cui ogni membro dà il suo contributo; lo psicologo mette a disposizione competenze teoriche e tecniche, gli offre comprensione empatica, non lo giudica ma lo accetta per quello che è; al paziente spetta il compito più impegnativo: usare gli strumenti forniti dallo psicologo per vivere al meglio la propria vita!

Dottoressa Martina Gamba

dell'équipe del Consultorio Familiare Verona Sud