

Uno spazio di crescita femminile

Quando si scrive delle donne bisogna intingere la penna nell'arcobaleno e asciugare la pagina con la polvere delle ali delle farfalle (Denis Diderot).

La vita della donna è caratterizzata da cambiamenti fisici che hanno un valore psichico spesso trascurato.

Il ciclo mestruale, l'adolescenza, la gravidanza, la menopausa, l'espressione della sessualità, connotano e definiscono l'identità femminile ridisegnando l'universo relazionale nel quale la donna è immersa.

Sentire il proprio corpo in evoluzione, come luogo di vita e di piacere, può rappresentare una meta da raggiungere attraverso un percorso di tentativi ed errori, entusiasmo e sconforto.

Il sostegno psicologico è particolarmente utile in quelle fasi della vita che espongono maggiormente a sentimenti di ansia e depressione.

Alla ricerca della felicità

Quando lascio andare quello che sono diventato quello che potrei essere. (Lao Tsu)

Ognuno di noi è alla ricerca dell' equilibrio e dell' armonia che possano favorire uno stato di appagamento e benessere.

Come posso prendermi cura di me?

La vita non è aspettare che passi la tempesta ma imparare a ballare sotto la pioggia. (Gandhi)

La consulenza e il sostegno psicologico possono sostenere la persona nell'affrontare gli eventi della propria vita con maggiore armonia e serenità.

Non sono "Matto!"

La consultazione psicologica è un percorso di crescita che può aiutare la persona a raggiungere maggiore autonomia ed autoefficacia, ad avere relazioni positive con gli altri, a scoprire e realizzare le proprie potenzialità, a promuovere l'autoaccettazione.

Non esistono problemi che non possono essere affrontati: tutto ciò che crea un disagio e una domanda, può essere ascoltato e migliorato.

Psicologia e Salute

La cosa più importante in medicina? Non è tanto la malattia di cui il paziente è affetto, quanto la persona che soffre di quella malattia. (Attribuita ad Ippocrate)

Mente e corpo sono un'unità inscindibile. Se ci sembra del tutto normale che una patologia fisica possa influenzare il nostro stato d'animo, è ancora un tabù dire che le nostre emozioni, il pessimismo o l'ottimismo, il grado di soddisfazione delle nostre relazioni, possano generare una malattia del corpo. La psicologia non cura solo l'anima ma ha effetti anche sulla salute del corpo.

Che cos'è il colloquio psicologico?

Il colloquio è un incontro tra psicologo e soggetto portatore di una domanda. L'instaurarsi di una relazione positiva e di fiducia, in un clima empatico, permetterà alla persona di giungere ad una nuova consapevolezza del proprio vissuto, delle proprie emozioni. L'obiettivo è migliorare le proprie competenze relazionali, costruendo un'identità armonica.

La durata dell'incontro è di 45 minuti circa.

Aree di sviluppo

La consultazione psicologica affianca l'intervento del medico, in particolare nell'area:

- ginecologica (sessualità, gravidanza, puerperio, menopausa)
- infertilità di coppia e sessualità
- disturbi dell'immagine corporea e del comportamento alimentare
- endocrinologica

E' inoltre indicata a sostegno di:

- problematiche relazionali
- disturbi del tono dell'umore
- disturbi d'ansia e panico
- crisi evolutive (adolescenza, età adulta, ecc.)

Informazioni utili

Counselling Psicologico

Dr.ssa Pamela Franchi

benesserepsicologico@materdomini.it

Prenotazioni

Humanitas Mater Domini

- **di persona**
 - per le prestazioni private rivolgersi presso l'Area Solventi da lunedì a venerdì dalle 8.00 alle 19.00
- **telefonando al C.U.P.:** tel. 0331 476210 da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 17.00 e il sabato dalle 8.30 alle 12.30
- inviando un **fax di richiesta** al C.U.P. al numero 0331 476372
- attraverso il sito **www.materdomini.it**

Poliambulatorio di Lainate

- **di persona**, rivolgendosi all'Accettazione Centrale da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 17.00
- **telefonando al C.U.P.:** tel. 0331 476210 da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 17.00 e il sabato dalle 8.30 alle 12.30
- inviando un **fax di richiesta** al numero 0331 476562
- attraverso il sito **www.materdomini.it**

Humanitas Mater Domini

Via Gerenzano, 2
21053 Castellanza (VA)

Centralino: Tel. 0331 476111
Centro Unificato Prenotazioni: Tel. 0331 476210

Direttore Sanitario: dr. Michele Lagioia

Istituto Clinico Mater Domini Casa di Cura Privata S.p.A.
Via Gerenzano, 2 – 21053 Castellanza (VA)
Tel. 0331 476111 (centralino) – Fax 0331 476204

Opu041 .rev0

Il Counselling Psicologico: un approccio integrato alla salute

Matisse, Gioia di vivere



A cura della dr.ssa Pamela Franchi

Joint Commission International

