

Terapia Cognitivo Comportamentale

L'intervento cognitivo comportamentale si contraddistingue per le seguenti caratteristiche:

- *Diretto alla risoluzione dei problemi attuali*
- *Pratico e concreto*
- *Attivo e collaborativo*
- *A breve termine*

Curriculum Dott.ssa Irene Desimoni

La dott.ssa Irene Desimoni si è specializzata in psicoterapia Cognitivo Comportamentale acquisendo capacità nel trattamento di disagi psicologici riguardanti adolescenti, adulti e anziani. Ha competenze pratiche in terapia di coppia grazie al conseguimento di un corso di perfezionamento. La dott.ssa è abilitata a praticare il Parent Coaching per il supporto alla genitorialità e il Programma Cool Kids utile per disagi legati all'ansia e alla paura in età infantile e adolescenziale. In continua formazione per offrire servizi innovativi come la Terapia Metacognitiva Interpersonale la quale permette di lavorare ad un livello più profondo, con l'obiettivo di raggiungere una maggiore stabilità dei risultati nel tempo e a centrare la terapia sull'effettiva causa della maggior parte delle problematiche psicologiche e l'EMDR, una tecnica psicoterapeutica che ha dimostrato la sua efficacia sulle problematiche legate ai disturbi post traumatici, ai problemi alimentari e alla psicotraumatologia lieve.

Dr.ssa Irene Desimoni

Albo degli Psicologi Emilia Romagna
Nr. 7368 Sez. A

Effettua

Valutazioni psicodiagnostiche
Consulenza e sostegno di problematiche
individuali, di coppia/familiari
Terapia mirata per specifici problemi e
disturbi
Supporto genitoriale

Sede studio

Via Brigata Reggio 32, Reggio Emilia
(zona centro commerciale Meridiana)
TEL: +39 340 100 78 72



e-mail: irene.desimoni@informa-mente.it
sito: <http://www.informa-mente.it/>
Riceve su appuntamento

Dott.ssa Irene Desimoni

Psicologa clinica
Psicoterapeuta Cognitivo-
Comportamentale



INforma-MEnte
La mia MEnte INforma

tel. +393401007872
irene.desimoni@informa-mente.it
www.informa-mente.it

Centro INforma-MEnte

La Dott.ssa Irene Desimoni lavora come Psicoterapeuta all'interno di un servizio di consulenza e supporto psicologico in collaborazione con un'*équipe multiprofessionale* (tra cui Neuropsicologo, Psichiatra, Nutrizionista, Dietologo, psicologo dello sport). Il lavoro di équipe permette di affrontare adeguatamente la problematica portata dal cliente nella sua complessità e nelle diverse sfaccettature, integrando e combinando alla Psicoterapia, in caso di necessità, interventi specifici e mirati di altre figure professionali sanitarie.

Per chi?



La dott.ssa si occupa dei disagi e delle difficoltà di tutte le fasce d'età partendo dai **bambini** in età scolare, **adolescenti**, fino all'**età adulta** e **terza età** .

Attività

I percorsi personalizzati offrono:

Clinica Psicologica:

- consulenza e/o terapia individuale;
- terapia per le problematiche di coppia;
- interventi mirati alle problematiche legate ai disturbi post traumatici, ai problemi alimentari e alla psicotraumatologia lieve o complessa;
- valutazione psicologica in ambito clinico e peritale;
- interventi mirati a bambini/adolescenti con problemi d'ansia.

Formazione e Orientamento:

- formazione sulle tematiche della salute mentale;
- supervisione d'equipe tecniche per infermieri e figure assistenziali (OSS, OSA, ASA).

Training Specifici di Gruppo:

- rilassamento;
- gestione della Rabbia;
- perfezionismo ed ansia.

Per ulteriori informazioni sui corsi attivi consultare il sito:

www.informa-mente.it/

Finalità generali

Obiettivi generali dell'intervento professionale:

- accogliere e risolvere situazioni problematiche o di disagio e sofferenza;
- tollerare e gestire emozioni quali tristezza, ansia, paura, vergogna, colpa, rabbia e gelosia;
- risolvere le conseguenze penalizzanti che il disagio comporta;
- migliorare la qualità della vita e il benessere quotidiano;
- prevenire il malessere .

Ogni percorso è specifico e concordato con il cliente in base ai propri bisogni e necessità.

In che modo

- rendendo le persone in grado di affrontare gli scompensi emotivi, i conflitti e le difficoltà che l'ambiente di vita propone;
- prevenendo le eventuali ricadute;
- conoscendo meglio sé stessi e potenziando le proprie risorse personali;
- sviluppando nuove abilità e strategie.