

# PSICOLOGIA-PSICOTERAPIA

## Dott.ssa Chiesi Scilla

Psicologa e Psicoterapeuta Cognitivo  
Comportamentale



La Dott.ssa Chiesi Scilla svolge la sua attività in ambito psicologico attraverso colloqui individuali di consulenza e di terapia, rivolti ad adulti, adolescenti e bambini, e colloqui di sostegno alle famiglie, finalizzati a identificare il disagio emotivo e ad individuare le risorse per farvi fronte.

Il SINTOMO è importante, è la modalità attraverso cui il nostro corpo ci sta comunicando che qualcosa non va. E' importante per questo comprendere in che modo il sintomo ha a che fare con la persona, in un particolare momento della vita, in una particolare situazione.

**IL SINTOMO** il più delle volte segnala un **DISAGIO NASCOSTO E PROFONDO** che attende di essere riconosciuto e compreso affinché il pieno sviluppo del proprio percorso di vita possa proseguire.

### AMBITI DI INTERVENTO:

#### Adulti e Adolescenti



Ansia, Attacchi di Panico, Agorafobia, Fobia sociale, Disturbo Post-Traumatico da Stress



Disturbi del Comportamento Alimentare: Anoressia, Bulimia, Binge Eating, Obesità.



Problematiche di Coppia e nelle Relazioni: tutto ciò che può essere un problema a livello della coppia, problematiche inerenti ai figli o disagi dei singoli individui all'interno della coppia; problema di dipendenza affettiva.

#### Bambini



Disturbi da deficit di attenzione e iperattività; Affrontare la Separazione e il divorzio; anomalie nel mangiare e nel dormire; paure, stati di ansia, aggressività;

#### Anziani



Consulenza e Sostegno psicologico; attivazione di corsi di Memory Training.

## La Psicoterapia Cognitiva Comportamentale

La Psicoterapia Cognitivo Comportamentale si attua attraverso tecniche di trattamento che hanno lo scopo di focalizzarsi sul modificare pensieri e comportamenti disfunzionali.

La premessa di base della terapia Cognitivo Comportamentale è che i nostri pensieri, non gli eventi esterni, influiscono sul modo in cui ci sentiamo.

In altre parole, non è la situazione in cui ci troviamo a determinare le nostre emozioni, ma la percezione che abbiamo della situazione.

“Ciò che turba l'uomo non sono le cose... ma ciò che egli pensa delle cose!” (Epitteto)