

## Lo Psicologo della Salute si occupa di:

- promozione, prevenzione e mantenimento della salute di gruppi e di singoli individui (a casa, a scuola, al lavoro, nei contesti di vita)
- diagnosi, cura e trattamento delle cause di malessere psicologico che possono avvenire in famiglia, a scuola, al lavoro e nell'ambiente di vita
- formazione e supervisione di gruppi di lavoro
- promozione di una migliore qualità della vita
- analisi, valutazione di impatto, e riduzione dello stress; incremento della capacità di farvi fronte
- promozione del benessere della persona all'interno del suo contesto di vita
- aumento delle capacità di controllo della propria salute-benessere personale, relazionale, sociale
- aumento delle capacità di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, soddisfare i propri bisogni, in relazione alle condizioni dell'ambiente circostante, e farvi fronte
- promozione delle capacità personali di autoriflessione e ridirezionamento nei momenti di crisi e cambiamento
- rivalutazione degli aspetti individuali e sociali del soggetto, che possono rappresentare risorse, potenzialità, «leve» per sostenere la crescita e lo sviluppo
- promuovere la consapevolezza degli individui e dei gruppi, come soggetti attivi nel creare la propria salute
- analisi-valutazione dei comportamenti di rischio, e cura verso percorsi di salute (in tutte le fasi del ciclo di vita)
- diagnosi e trattamento in area clinica psicoterapeutica
- disturbi (area clinica) di ansia e dell'umore, lutti, eventi traumatici, difficoltà relazionali genitoriali, di coppia, di orientamento alle scelte nei momenti di transizione e cambiamento. Salute psicologica di bambini, adolescen-

## Curriculum formativo professionale

La dottoressa Adele Mauri è laureata in **Psicologia del Lavoro e delle Organizzazioni**, in **Filosofia**, è **Psicologa dello Sviluppo e dell'Educazione**, è **abilitata** all'esercizio della professione di **Psicologa (Albo A)**, è **Psicoterapeuta, Specialista in Psicologia della Salute**. Ha maturato un'esperienza ultravventennale in contesti pubblici e privati, in area sociale, educativa, psicopedagogica, di rete anche con i Servizi Ospedalieri, a favore di bambini, adolescenti, giovani, adulti, genitori, coppie. È esperta di processi di integrazione di gruppi multi-culturali e multi-professionali, in Area Scolastica, Territoriale di Rete (Enti Locali, ASL, e Privato Sociale). Si occupa del trattamento delle dimensioni psicologiche e relazionali implicate nei disturbi di comportamento, di ansia e dell'umore, dei lutti, dei traumi, dello stress, delle crisi evolutive, delle dinamiche di gruppo, dell'immagine corporea, del Sé, dell'autostima, dell'autoefficacia e promozione del benessere. È esperta di formazione e supervisione degli Insegnanti-Educatori e di interventi ai Genitori. Si occupa della promozione dello sviluppo psicologico ed umano, della Salute (individui e gruppi), anche in senso interculturale, di orientamento e ri-orientamento scolastico, di tematiche inerenti la genitorialità, la vita di coppia, eventi di vita difficili. È esperta nell'intervento psicologico e psicoterapeutico di adolescenti, giovani, adulti, genitori, insegnanti, terza età, coppie. Ha maturato esperienza pratico-formativa nell'ambito della Salute Mentale (trattamento di disturbi d'ansia, somatoformi, fobie, panico, depressione, disagio psicosociale, traumi, disturbi post-traumatici, lutti, disturbi di personalità, eventi critici del ciclo di vita, difficoltà relazionali famigliari, separazioni difficili). Svolge attività di libera professione



**DOTTORESSA ADELE MAURI**  
**PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA**

*Dottore in Psicologia del Lavoro e  
delle Organizzazioni*

*Psicologa dello Sviluppo (Ciclo di  
Vita) e dell'Educazione*

*Specialista in Psicologia della  
Salute*

**Riceve su appuntamento a Meda**  
**Mobile: 335.5870499**  
**Mail: [adele.mauri@gmail.com](mailto:adele.mauri@gmail.com)**

**Quando crescere è difficile, per bambini e ragazzi adolescenti, lo Psicologo dello Sviluppo, Psicoterapeuta Specialista in Psicologia della Salute ...**

- analizza e tratta le criticità che possono intervenire a Scuola (al primo ingresso, durante i momenti molto impegnativi e difficoltosi, e durante i momenti di scelta, orientamento e ri-orientamento del percorso scolastico)
- interviene nelle aree di difficoltà emotiva, cognitiva, relazionale e comportamentale di bambini e ragazzi
- promuove percorsi di sviluppo ed autoriflessione, nei contesti di vita; orienta e ri-orienta nei momenti in cui le scelte sono difficili
- promuove percorsi di potenziamento delle capacità e delle abilità dei soggetti in crescita
- accoglie, ascolta, sostiene i genitori in momenti di difficoltà
- valuta opportunità di ri-orientamento progettuale (formativo, scolastico, di vita), in funzione delle risorse dei soggetti
- analizza e tratta i problemi di relazione (del bambino-ragazzo con i compagni e con gli insegnanti, con i genitori, e nei contesti di socializzazione dell'ambiente di vita)
- si occupa di individuare le cause del disagio e propone dei percorsi di sostegno, cura, e sviluppo delle capacità individuali di fare fronte ai momenti critici della vita

**Con chi lavora lo Psicologo dello Sviluppo, con formazione in Psicologia della Salute?**

- Con i bambini, i genitori, i nonni, gli insegnanti, i fratelli e le sorelle, le famiglie, sia individualmente che in gruppo
- Con chi stia vivendo un momento difficile o critico della propria vita
- Con chi voglia intraprendere un percorso di crescita personale in senso psicologico



**Quando è utile rivolgersi ad uno Psicologo dello Sviluppo, Psicoterapeuta, Specialista in Psicologia della Salute?**

- Quando a scuola o a casa ci si sente giù di corda, ed occorre compiere un grosso sforzo ogni volta che si intraprende un compito...
- Quando si è spaventati di affrontare gli insegnanti, i compagni, le discipline di studio, le aule della scuola, i compiti, ...
- Quando non si trova il coraggio di dire *quella* cosa a *quella* persona (mamma, papà, insegnante, compagni), perché si teme di ferirla o deluderla
- Quando si ha paura di qualche cosa, o perché a volte succedono cose difficili da raccontare
- Quando qualcosa nella vita non va, ma non si sa come dirlo e a chi dirlo
- Quando si soffre a causa dei cambiamenti e ci si sente molto stressati
- Quando non si riesce ad avere amicizie e ci si sente isolati
- Quando si vivono difficoltà nelle emozioni, nei pensieri, nelle percezioni, nell'immagine corporea,

nell'aderire alle norme condivise, e davanti ai compiti evolutivi

- Quando ci si sente preoccupati, e si fa fatica a controllare le proprie preoccupazioni
- In presenza di forte rabbia ed aggressività
- Quando nella vita si perdono persone a cui si voleva molto bene, o accadono traumi

Sono tante le situazioni in cui si fa esperienza dello stare male. A volte si tratta di un dolore mentale sopportabile, e "normale". Altre volte la sofferenza è alta, ed il costo di farvi fronte rischia di compromettere l'energia per vivere, per affrontare i compiti della giornata, gli affetti, le relazioni ... In questi momenti può essere utile rivolgersi ad uno **Psicologo Psicoterapeuta, Specialista del Ciclo di Vita e della Salute.**

