



Dottorressa Marianna Dimonte
PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA

SERVIZI OFFERTI

Se hai bisogno di aiuto, un tuo familiare o amico ha bisogno di una consulenza, puoi contattarmi oggi stesso. Valuteremo insieme quale intervento adottare in base alle specifiche necessità e richieste.

I servizi psicologici offerti possono richiedere l'uso di strumenti di prevenzione, diagnostici e di riabilitazione e vanno dalla consulenza psicologica breve a percorsi di sostegno psicologico e di psicoterapia maggiormente articolati; sono rivolti a persone di tutte le età e hanno lo scopo di accompagnare le persone a superare momenti critici e di difficoltà e di potenziare le risorse, favorire il cambiamento, promuovere il miglioramento della qualità di vita e del benessere psicofisico.



PSICOTERAPIA

È un percorso di trattamento dei disturbi psicologici che si realizza in una serie di incontri. Lo scopo della psicoterapia è promuovere un cambiamento tale da alleviare in modo stabile la sofferenza emotiva.



COLLOQUI ONLINE O A DOMICILIO

I colloqui vengono svolti nel domicilio della persona, è un servizio rivolto a coloro che sono impossibilitati a muoversi; persone che sono parzialmente o totalmente non autosufficienti, con disabilità permanente o temporanea, con problemi psicologici e forti dinamiche di evitamento (persone gravemente ansiose o depresse), con patologie oncologiche o degenerative.



SOSTEGNO PSICOLOGICO ITALIANI ALL'ESTERO

Servizio online, rivolto a persone che non dispongono di terapeuti italiani nelle vicinanze. Nasce dall'esigenza di potersi esprimere nella propria lingua madre, in una dimensione più intima.



SUPERVISIONE E FORMAZIONE

È rivolta a tutti quei professionisti, enti o associazioni che intendono conoscere o approfondire le tematiche di carattere psicologico con le quali entrano in contatto durante il proprio lavoro.



PROBLEMATICHE TRATTATE

Tratto queste problematiche con la terapia cognitivo comportamentale, lo strumento di cura d'elezione per la maggior parte dei problemi psicologici.

- ✓ Disturbi d'ansia
 - agorafobia
 - fobia sociale
 - fobie specifiche
 - ipocondria
- ✓ Disturbi psicosomatici
- ✓ Insonnia
- ✓ Disturbi ossessivo compulsivi
- ✓ Attacchi di panico
- ✓ Depressione
- ✓ Dipendenze patologiche
- ✓ Disturbi di personalità
- ✓ Problemi relazionali (familiare, lavorativo, ecc.)
- ✓ Disturbi dovuti ad una condizione medica generale
- ✓ Stress da assistenza per caregivers di familiari non autosufficienti
- ✓ Problemi dell'infanzia e dell'adolescenza
 - fobia scolare
 - balbuzie
 - ansia da prestazione
 - problemi di autostima
 - gestione delle emozioni



TERAPIA COGNITIVO E COMPORAMENTALE

Quando le emozioni sono troppo intense o durature rispetto alla situazione nella quale ci troviamo, possiamo considerare l'eventualità di avere un problema emotivo e quindi di aver bisogno di una valida psicoterapia cognitivo comportamentale. Tale approccio si basa sul presupposto che esiste una stretta relazione tra emozioni, pensieri e comportamenti, sottolineando come molti dei nostri problemi (tra i quali quelli emotivi) siano influenzati da ciò che facciamo e ciò che pensiamo nel presente. La terapia cognitivo-comportamentale, pertanto, interviene sui pensieri e sulle convinzioni disfunzionali al fine di regolare le emozioni dolorose, interrompere i circoli viziosi che mantengono la sofferenza nel tempo e creare le condizioni per risolvere il problema. Essa:

- ✓ è uno dei più EFFICACI metodi per la comprensione ed il trattamento dei disturbi psicopatologici. Il cambiamento è duraturo, di solito non si verificano ricadute rispetto al problema presentato;
- ✓ è di BREVE DURATA: varia dai 4 ai 12 mesi, a seconda del caso, ma per avere i primi benefici occorrono circa 6-8 incontri;
- ✓ è un intervento NON FARMACOLOGICO.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e l'Istituto Superiore di Sanità (ISS), la psicoterapia cognitivo comportamentale ha assunto il ruolo di trattamento d'elezione per i disturbi d'ansia.

COME LAVORO

Le prime sedute sono dedicate alla comprensione del problema e alla costruzione della relazione terapeutica. Gli strumenti principali del mio lavoro sono il colloquio clinico, l'osservazione e la valutazione psicodiagnostica. Il piano terapeutico viene concordato nel corso della valutazione iniziale; di solito, gli incontri sono organizzati con cadenza settimanale fino alla riduzione della problematica e, alla conclusione della terapia, possono essere stabiliti degli appuntamenti per verificare periodicamente se i risultati vengono mantenuti.

CHI SONO

Sono una Psicologa e Psicoterapeuta ad orientamento cognitivo comportamentale, iscritta all'Ordine degli Psicologi del Veneto. Lavoro in diversi studi a Verona e collaboro con alcuni medici di base.

DI COSA MI OCCUPO

Il mio intervento è rivolto alla cura del disagio psicologico che può essere sperimentato da chiunque in qualunque momento della vita. Per questo motivo la mia attività è rivolta a chiunque voglia comprendere ed affrontare situazioni di disagio e sofferenza siano essi:

- ✓ **INDIVIDUI SINGOLI:** bambini, adolescenti, giovani adulti, adulti e anziani.
- ✓ **COPPIE, GENITORI**
- ✓ **PROFESSIONISTI, ENTI O ASSOCIAZIONI**

Tratto problematiche legate alla sfera relazionale o lavorativa, difficoltà legate ad un momento di crisi, che può sfociare in ansia, attacchi di panico, disturbi ossessivo-compulsivi, fobie, depressione, disturbi correlati a eventi stressanti, dipendenze. Il mio intervento si rivolge alle persone che soffrono di disturbi psicosomatici e cioè nelle situazioni in cui il disagio psicologico si esprima attraverso sensazioni fisiche invalidanti come tachicardia, iperidrosi, insonnia, stanchezza e dolore cronico. Conduco training di rilassamento per gestire l'ansia e affrontare situazioni particolarmente stressanti (lavoro, problemi di salute fisica). Le tecniche possono essere apprese in modalità individuale o in gruppo, presso il mio studio.

CERTIFICAZIONI ED ESPERIENZE

- ✓ Sono specialista nella valutazione e nel trattamento psicologico dell'Insonnia.
- ✓ Ho collaborato con diverse cooperative svolgendo interventi di supporto psicologico domiciliare, supervisione clinica del personale e formazione professionale.
- ✓ Ho collaborato con il Servizio di Neuropsicologia (Policlinico Gemelli di Roma) eseguendo valutazioni neuropsicologiche in pazienti affetti da varie forme di demenza o patologie vascolari.

“Che tu creda di farcela o di non farcela avrai comunque ragione!” Henry Ford

Dottorssa Marianna Dimonte

PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA



+39 320 7172596



info@mariannadimonte.it



via Domenico Morone 6 - 37131 Verona (VR)

SI RICEVE PREVIO
APPUNTAMENTO TELEFONICO

SI RICEVE A VERONA
(Centro, Borgo Venezia)



OPI|V

Ordine
degli Psicologi
del Veneto



CONSIGLIO NAZIONALE
ORDINE PSICOLOGI



www.mariannadimonte.it