

**TRASFORMARE
I MOMENTI DI CRISI IN
OPPORTUNITÀ DI CRESCITA.**

**Dott. LUCA RUBINO
PSICOLOGO**

ISCR. ALL'ALBO sez. A n. 8729
ordine degli psicologi toscana

CECINA (LI)

Via dell'Industria c/o Palazzo
Velathri

Tel. 3409136977

rubino.luca@hotmail.com

www.lucarubino.net

**STUDIO DI
PSICOLOGIA**

Dott. Luca Rubino

**SPAZIO
ADOLESCENZA**

TEL. 3409136977

www.lucarubino.net

**CONSULENZA E
SOSTEGNO PSICOLOGICO
ADULTI, ADOLESCENTI E
COPPIE**

CONSULENZA PSICOLOGICA ADOLESCENTI

ADOLESCENZA E CAMBIAMENTO

L'adolescenza è un periodo di evoluzione e di cambiamento in cui la persona vive il passaggio dallo stato di bambino a quello di adulto.

E' una fase della vita in cui le incertezze e i dubbi legati allo sviluppo della propria identità, il disagio riguardo gli aspetti del proprio corpo, la conflittualità con i genitori e le tensioni con gli amici, possono costituire una condizione di transizione che in alcuni casi assume un peso eccessivo e ciò può provocare una sofferenza che se protratta nel tempo tende a minare la serenità del ragazzo e della famiglia.

UNO SPAZIO RIVOLTO AGLI ADOLESCENTI

Non è semplice riuscire a capire quando ci troviamo di fronte a comportamenti "normali" e quando invece può essere utile intervenire.

Spesso il disagio adolescenziale è passeggero e i ragazzi hanno solo bisogno di tempo, in altre circostanze invece la situazione può giustificare un livello di preoccupazione elevato e, in questi casi, un primo passo importante può essere proprio quello di rivolgersi ad uno psicologo esperto per cercare di comprendere come affrontare il problema.

L'obiettivo è quello di fornire uno spazio d'ascolto accogliente e non giudicante in cui è possibile affidarsi ad un professionista che conosce le problematiche tipiche dell'adolescenza e che possa aiutare i genitori e i ragazzi a fronteggiare con serenità i profondi cambiamenti in atto.

L'adolescente può così trovare un luogo in cui scoprire nuovi punti di vista e acquisire competenze che gli consentano di trasformare il disagio in opportunità di crescita, i genitori possono a loro volta trovare nuovi modi e nuove strade per fornire sostegno ai propri figli..

ADOLESCENZA E PROBLEMI TIPICI

Durante il periodo adolescenziale alcuni comportamenti problematici possono essere transitori oppure possono essere spie che devono far preoccupare e far chiedere aiuto.

Le difficoltà che si incontrano in questa fase della vita vengono espresse generalmente attraverso:

- ansia e panico
- depressione
- ossessioni
- rabbia e aggressività
- comportamenti autolesivi
- ritiro sociale
- problemi a scuola
- contrasto e tensioni con i genitori
- difficoltà relazionali con i coetanei
- disagio rispetto al proprio corpo
- abuso di sostanze
- crisi rispetto al proprio progetto di vita.

MODALITÀ DI INTERVENTO

Il primo colloquio avviene sempre con i soli genitori. Seguiranno poi gli incontri con il/la ragazzo/a e una restituzione ai genitori di quanto osservato (tramite colloquio e/o test specifici) con conseguente proposta di intervento.

Nel caso in cui l'adolescente si rifiuti di incontrare lo psicologo è possibile prevedere un lavoro soltanto con i genitori in modo da poter offrire sostegno alle funzioni genitoriali affinché si possano trovare nuove modalità per far fronte alle criticità del momento e ulteriori strategie per fornire supporto al percorso di crescita del figlio.

TRASFORMARE I MOMENTI DI CRISI IN OPPORTUNITÀ DI CRESCITA

Durante l'adolescenza i momenti di crisi sono normali ed auspicabili. Il cambiamento in questa complessa fase di vita prevede inevitabilmente delle difficoltà e il disagio che si evidenzia non necessariamente è sinonimo di patologia.

Noi adulti possiamo sostenere la crescita dei ragazzi aiutandoli a rendere le crisi evolutive momenti di transizione verso un nuovo equilibrio e promuovendo nuove opportunità di sviluppo. Il tutto favorendo un clima familiare sereno, mostrando fiducia, valorizzando gli sforzi, assecondando le loro passioni e fornendo supporto nei momenti di difficoltà.