

EMANUELA BELLONE

PSICOLOGA E PSICOTERAPEUTA ANALITICO
TRANSAZIONALE

Studio di Psicologia Cesano Maderno, Seregno
e Milano



Biografia Emanuela Bellone



Iscritta all'Albo degli Psicologi della Lombardia, la dott.ssa Emanuela Bellone è una **Psicoterapeuta specializzata in Analisi Transazionale**. Esercita la professione di Psicoterapeuta presso Studi associati a Milano, Cesano Maderno e Seregno.

E' laureata, con il massimo dei voti, in Psicologia Clinica e di Comunità presso l'Università degli Studi di Palermo (2001) con una tesi di ricerca sperimentale su "La sindrome del Burnout e lo Stress lavorativo".

Dal 2002 lavora come Psicologa Clinica e del Lavoro occupandosi di percorsi di formazione, coaching e counseling aziendale. In particolare si è specializzata in problematiche legate allo Stress lavorativo e al Mobbing collaborando con la "Clinica del Lavoro" del Policlinico di Milano.

In ambito clinico ha svolto attività di supporto psicologico presso il CPS (Centro Psicosociale), dell'Ospedale Niguarda di Milano, e presso il Centro di Salute e Ascolto per le donne immigrate, dell'Ospedale San Carlo Borromeo di Milano, seguendo le donne e i bambini provenienti dai paesi francofoni. Madrelingua francese, svolge la sua professione in italiano e in francese.

Attualmente, oltre ad esercitare l'attività di Psicoterapeuta, si occupa di consulenza aziendale effettuando percorsi di coaching e counseling finalizzati ad aiutare le persone a riconoscere e sviluppare le proprie aree di forza e a intervenire sulle proprie aree di miglioramento.

Progetta ed eroga corsi di formazione (comunicazione, leadership, cultura organizzativa, gestione del conflitto e delle emozioni, capacità di lavorare in team, competenza relazionale, motivazione ecc.) per potenziare le persone e le organizzazioni.



Studio di Psicologia Cesano Maderno, Seregno e Milano

CONSULENZA PSICOLOGICA

Percorso di breve durata finalizzato ad offrire una consulenza mirata sulla specifica richiesta della persona e della coppia.

SUPPORTO PSICOLOGICO

Supporto in particolari momenti della vita (lutto, separazione, cambio di lavoro, nascita di figli, menopausa, adolescenza, etc.).

PSICOTERAPIA INDIVIDUALE, DI COPPIA E DI GRUPPO

SEMINARI E INCONTRI esperenziali per la PROMOZIONE DEL BENESSERE

Consulenza e supporto psicologico e psicoterapeutico per le diverse problematiche e difficoltà che, nel corso della vita, si possono incontrare, nella sfera personale, lavorativa e relazionale.

Principali tematiche trattate:

- ❖ disturbi d'ansia e attacchi di panico.
- ❖ pensieri ossessivi.
- ❖ depressione, disturbi del sonno e dell'umore.
- ❖ disturbi dell'alimentazione e sessuali.
- ❖ mancanza di autostima e difficoltà nelle relazioni di coppia e/o con i figli.
- ❖ difficoltà lavorative, stress e mobbing.
- ❖ difficoltà in particolari momenti della vita (lutto, separazione, cambio di lavoro, nascita di figli, adolescenza, etc).

Psicoterapia Analitico Transazionale

L'approccio della dott.ssa Emanuela Bellone si basa sul modello teorico e pratico dell'Analisi Transazionale integrato con l'utilizzo di Tecniche Gestaltiche.

L'Analisi Transazionale (AT), ideata negli anni 50 da Eric Berne, è una teoria della personalità che ci aiuta a capire come funzioniamo, come esprimiamo la nostra personalità in termini di comportamento e di "transazione" ovvero lo "scambio" che si verifica tra due individui che comunicano.

L'AT è una Psicoterapia ai fini della crescita e del cambiamento della persona. E' un approccio che ben si adatta alla terapia individuale, di coppia e di gruppo.

Gli assunti di base dell'AT sono:

- ❖ ognuno di noi ha valore in quanto persona ed è degno di essere amato;
- ❖ ogni persona possiede risorse e potenzialità per crescere e imparare da qualsiasi esperienza, positiva o negativa;
- ❖ ciascuna persona è responsabile delle decisioni prese ed ha il potere di cambiarle quando queste non sono più funzionali.





Emanuela Bellone

psicologa e psicoterapeuta analitico transazionale

Milano: Corso di Porta Romana 87/A.

Seregno: Via Wagner 169 presso il Centro Polispecialistico Unimedica.

Cesano Maderno: Via Molino Arese 60.

Cell. 0039 392 9785583

info@emanuelabellone.com

www.emanuelabellone.com



“Guarire è come togliersi la pelle del ranocchio e riprendere lo sviluppo interrotto di principi e principesse”

Eric Berne