

FEDERICA CASARI

Psicologa e psicoterapeuta
di orientamento sistemico-relazionale.

Mi occupo di consulenza, sostegno psicologico e supporto psicoterapico rivolti ad adulti, adolescenti, coppie e famiglie.

Mi laureo in Psicologia Clinica nel 2007 presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, e mi iscrivo all'Ordine degli Psicologi della regione Lombardia nel 2008.

Nel 2008-2009 seguo il master di secondo livello in Psicologia Scolastica, presso il Centro Studi Bruner (MI).

Dal 2011 al 2014 frequento il corso di specializzazione in Psicoterapia a indirizzo Sistemico-Relazionale presso il Centro Milanese di Terapia Familiare (Associazione Culturale Episteme, Torino).

Le mie esperienze professionali riguardano per lo più l'area clinica – consulenza psicologica e psicoterapia, l'ambito della formazione in campo scolastico e quello della tutela minori. Dopo la laurea, tra il 2008 e il 2011, lavoro come educatrice presso associazioni e centri aggregativi, e con adolescenti disabili nell'ambito di un ente di formazione e orientamento al lavoro.

Negli ultimi due anni lavoro in qualità di psicologa nel settore della tutela minori, nel contesto di una comunità educativa comprendente sia minori sia mamme con bambini (situazioni segnalate ai servizi sociali competenti e al Tribunale dei Minorenni per abbandono, incuria/trascuratezza, maltrattamento fisico e psicologico, violenza assistita).

Oltre all'attività clinica, attualmente opero come formatrice progettando e conducendo: incontri con genitori (sostegno alla genitorialità nelle diverse fasi di crescita dei figli); incontri presso scuole primarie e secondarie (su temi come: affettività e sessualità, interculturalità, dinamiche comunicative nel gruppo classe, mediazione del conflitto, prevenzione di comportamenti a rischio); corsi di aggiornamento per educatori e insegnanti.

L'approccio teorico nell'ambito del quale ho svolto la mia formazione, quello sistemico-relazionale, mi consente di accogliere e considerare la persona entro il suo contesto affettivo e relazionale di riferimento, la famiglia, il lavoro, i gruppi informali e sociali.

L'approccio sistemico-relazionale considera la realtà complessa delle relazioni umane e ne studia l'influenza sull'individuo, sulla sua visione del mondo e sui suoi comportamenti.

Perciò l'attenzione alla soggettività, all'unicità del singolo, implica l'attenzione alla sua rete di relazioni. La persona anche nel colloquio individuale porta con sé tutte le relazioni significative che animano la propria vita nel presente, nel passato e nell'ipotetico futuro.

L'epistemologia sistemica considera fondamentale la relazione, nella vita delle persone, così come nel contesto terapeutico.

Personalmente ritengo indispensabile una visione che valorizzi le peculiarità di ciascun paziente e del suo sistema di riferimento, entro un pensiero clinico critico, riflessivo ma non patologizzante, che consideri il disagio psichico come la manifestazione di un momento di crisi evolutiva o di difficoltà esistenziali. Considero altresì fondamentale il dialogo con il paziente, visto non come mero destinatario dell'intervento, ma come portatore di risorse e partecipante attivo del lavoro terapeutico.