

ALESSIA PIAZZA

Psicologa e Psicoterapeuta

Sono uno psicologo e psicoterapeuta cognitivo-comportamentale.

Mi occupo di tematiche inerenti ansia e depressione, disturbi correlati a eventi traumatici o stressanti, disturbi di personalità, disturbi da sintomi somatici, violenza di genere, disforia di genere, tematiche LGBTQI+, sostegno alla genitorialità, disturbi sessuali, ritiro sociale e lutto.

Conduco interventi per la riduzione dello stress per adulti, bambini, adolescenti e persone anziane attraverso tecniche basate sulla mindfulness. Sono istruttore del programma per la riduzione dello stress Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) qualificato presso il Center for Mindfulness di Boston (MA, U.S.A.) e istruttore specializzato in Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per persone con depressione (MBCT) e Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per pazienti oncologici (MBCT-Ca) presso la Bangor University (UK).

Sono istruttore e formatore presso l'Istituto A.T. Beck di Roma del programma di mindfulness in età evolutiva "Il fiore dentro" (Antonella Montano e Silvia Villani).

Ho curato la versione italiana delle tracce audio del programma di mindfulness "Still Quiet Place" (Amy Saltzman) per bambini e adolescenti, che in italiano è tradotto come "Il posto calmo e tranquillo" (reperibile su Amazon e iTunes).

Ho conseguito la certificazione di facilitatore di yoga per persone che hanno subito traumi psicologici e fisici (Trauma Center Trauma Sensitive Yoga, TCTSY) presso il Center for Trauma and Embodiment del Justice Resource Institute di Brookline (MA, U.S.A.). Inoltre sono iscritta al registro Yoga Alliance Italia/International come insegnante di hatha yoga (RYT 250 PLUS).

Sono terapeuta EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, I Livello), Consulente Tecnico di Parte (CTP) e Terapeuta Metacognitivo Interpersonale (TMI, II Livello).

Conduco gruppi di prevenzione della depressione per persone anziane con patologie organiche e/o deficit cognitivi.

In ambito evolutivo (persone minorenni dai 6 ai 17 anni), mi dedico a percorsi di valutazione e consulenza psicologica.

Faccio parte delle associazioni: Artemisia Centro Antiviolenza (Firenze), Osservatorio Nazionale Identità di Genere (ONIG, Roma) e Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC, Roma).

Al contempo sono membro della British Association for Behavioural and Cognitive Psychotherapies (BABCP) e della British Psychological Society (BPS).

Offro la possibilità di effettuare colloqui sia in lingua inglese che in spagnolo.

Sono iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia (num. 03/17051, Albo A e Albo dell'esercizio dell'attività psicoterapeutica) ed esercito la professione di psicologo e psicoterapeuta a Vigevano (PV), Milano e Roma.