

## **Curriculum Vitae**

### **PAOLA TETTAMANTI**

Paola Tettamanti, Psicologa e *Counselor* Relazionale (approccio olistico-sistemico) pone le sue competenze professionali al servizio della persona, della coppia o di un gruppo, che abbisogna di sostegno psicologico per risolvere problemi o prevenire disagi, allo scopo di facilitare l'acquisizione di comportamenti efficaci e funzionali. Si avvale dell'utilizzo di strumenti conoscitivi e di intervento per la prevenzione, la diagnosi e il supporto psicologico al fine di poter sostenere la persona nella comprensione del proprio sentire, del proprio pensare e agire, affinché possa sviluppare un senso di consapevolezza e responsabilità personale e potersi rimodulare, in chiave trasformativa e generativa, in direzione di cambiamenti salutevoli e duraturi. Nel mentre del colloquio psicologico facilita l'esplorazione dei vissuti, sia personali che lavorativi particolarmente critici, sapendo come motivare chi sta vivendo un momento di sofferenza psicologica a ritrovare una condizione di benessere, sia con sé stessi che con le altre persone. Stimola l'acquisizione di competenze personali e sociali, favorendo lo sviluppo di atteggiamenti costruttivi e "potenzianti", anche in chi non evidenzia particolari problematiche a livello psicologico ([www.tuocoach.it](http://www.tuocoach.it)).