



# MARIA VITTORIA MASSARO

PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA



## MI OCCUPO DI

### Giovani adulti e adulti

- Ansia e attacchi di panico;
- Depressione;
- Disregolazione emotiva
- Momenti di difficoltà personali e relazionali;
- Difficoltà esistenziali e blocchi (studio, lavoro..)



## COME LAVORO

Il mio modo di lavorare prevede un'accoglienza della persona a 360°, con un approccio empatico e non giudicante. Il paziente è un attivo protagonista ed è fondamentale una condivisione iniziale di obiettivi terapeutici chiari e raggiungibili.

Una prima fase è quella della consapevolezza, nella quale si arriva alla condivisione del funzionamento del paziente.

Grazie a questa prima fase è possibile arrivare allo step del cambiamento e dell'azione impegnata, volti ad allargare i propri orizzonti con lo scopo di vivere una vita coerente con i propri valori più profondi. Lo scopo della psicoterapia non è solo la riduzione del sintomo ma è quello di scoprire ed abbracciare il proprio sé autentico.

## PERCORSO FORMATIVO (IN BREVE)

- |      |   |
|------|---|
| 2014 | <b>Laurea magistrale in Psicologia del lavoro</b><br>Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano                               |
| 2022 | <b>Iscrizione all'Ordine degli Psicologi della Lombardia</b><br>N° iscrizione ° 17731   |
| 2021 | <b>Primary Certificate in Terapia Cognitivo Comportamentale dei Disturbi dell'Alimentazione (CBT-ED)</b><br>Dottor R. Dalle Grave |
| 2021 | <b>Corso di Perfezionamento ACT - Acceptance &amp; Commitment Therapy</b><br>Studi Cognitivi - Milano                             |
| 2022 | <b>Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva e Cognitivo-Comportamentale</b><br>Studi Cognitivi - Milano                         |

## PERCORSO LAVORATIVO (IN BREVE)

- |           |  |
|-----------|--|
| 2022-Oggi | <b>Psicoterapeuta</b> libero professionista<br>Percorsi di supporto psicologico, psicodiagnosi e psicoterapia a giovani adulti e adulti      |
| 2015-Oggi | <b>Consulente Psico-sociale</b> presso Consumer behaviour analyst presso GfK Italia.   |
| 2019      | <b>Psicologa</b> presso il reparto NPI - ASST Valle Olona  |
| 2020      | <b>Psicologa</b> presso l'equipe di chirurgia bariatrica - ASST Fatebenefratelli Milano  |
| 2021-2022 | <b>Psicologa</b> presso consultorio Centro Minerva di Pavia<br>Percorsi di supporto psicologico e di psicodiagnosi a giovani adulti, adulti. |