**Consulenza psicologica**

La consulenza psicologica è un percorso a breve termine, costituito da un numero limitato di colloqui in cui ci si concentra in modo specifico sulla richiesta portata dalla persona, dalla coppia o dai genitori. L’obiettivo è quello di condividere un’analisi della domanda insieme ad un punto di vista psicologico sulla situazione descritta. Nel mio modo di lavorare questi primi colloqui sono molto importanti perché permettono di focalizzare l’attenzione sulle fatiche del momento e sui fattori che le hanno causate. Questo intervento può risultare già risolutorio, avere una valenza preventiva rispetto ad un ampliamento del disagio, oppure funzionale ad individuare un successivo, eventuale, percorso terapeutico adatto per quella persona. Una consulenza psicologica potrebbe essere richiesta da:

* Una singola persona interessata ad approfondire alcune situazioni che stanno caratterizzando la sua vita;
* Una coppia che sta attraversando un momento di crisi o cambiamento;
* Una coppia genitoriale che per diverse motivazioni (cambiamenti fisiologici legati alle varie fasi del ciclo di vita dei figli, eventi critici, separazione, problematiche personali, fatiche scolastiche del figlio) sente il bisogno di un punto di vista esterno; da questa tipologia di incontro può nascere o meno la necessità di incontrare anche il bambino o l’adolescente.