

Sara Mattanza

Psicologa Clinica dello Sviluppo

Specializzanda in Psicoterapia Familiare e Relazionale

La mia area d'intervento è rivolta a:

- Bambini;
- Preadolescenti;
- Adolescenti;
- Giovani adulti;
- Genitori e famiglie.

Principali aree d'intervento:

- Sostegno psicologico in età evolutiva;
- Difficoltà emotive e regolazione delle emozioni nel bambino (es. rabbia, ansia);
- Sviluppo dell'autostima e delle competenze emotive e relazionali;
- Accompagnamento ai cambiamenti psicofisici della preadolescenza;
- Difficoltà relazionali, emotive e comportamentali in adolescenza;
- Ritiro sociale, isolamento e ansia scolastica;
- Disagio adolescenziale e difficoltà nella costruzione dell'identità;
- Difficoltà nella regolazione emotiva e nella gestione dell'impulsività;
- Disturbi del neurosviluppo (ADHD e DSA);
- Potenziamento delle funzioni esecutive e degli apprendimenti scolastici;
- Metodo di studio, tutoraggio e supporto all'autonomia scolastica;
- Motivazione scolastica e orientamento;
- Supporto psicologico a giovani adulti nelle difficoltà relazionali, universitarie e lavorative;
- Dinamiche familiari e relazioni genitori-figli;
- Supporto alla genitorialità;

Sara Mattanza

Mi sono laureata con lode in Psicologia Clinica dello Sviluppo presso l'Università degli Studi di Padova e sono iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia. Attualmente frequento la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Familiare e Relazionale dell'Istituto Veneto di Terapia Familiare (ITFV).

Le esperienze maturate in ambito clinico, scolastico ed educativo hanno consolidato il mio interesse per l'età evolutiva e per le dinamiche relazionali che accompagnano la crescita di bambini e adolescenti. Per questo ho scelto l'approccio sistemico-relazionale, che considera la persona all'interno dei legami e dei contesti significativi in cui vive, leggendo il disagio non solo come difficoltà individuale, ma come espressione di dinamiche relazionali e familiari.

Nel mio lavoro accompagno bambini, preadolescenti e adolescenti nei momenti di cambiamento e fatica evolutiva, offrendo uno spazio di ascolto e comprensione delle emozioni, delle difficoltà relazionali e del disagio scolastico. Mi occupo inoltre di supporto a ragazzi con ADHD, DSA e difficoltà nell'organizzazione e pianificazione dello studio, lavorando sull'autonomia, sulla motivazione e sul benessere emotivo legato all'esperienza scolastica.

Lavoro anche con giovani adulti che attraversano difficoltà relazionali, personali o legate al percorso universitario e lavorativo, e con genitori e famiglie che desiderano comprendere meglio le dinamiche relazionali e trovare modalità comunicative più efficaci e consapevoli.

Nel percorso con i genitori considero importante creare uno spazio di ascolto e confronto che permetta di leggere le difficoltà del figlio non come "un problema da risolvere", ma come un segnale legato al momento evolutivo e relazionale che la famiglia sta attraversando. Accompagno i genitori nella comprensione dei propri modelli educativi e relazionali, aiutandoli a riconoscere come la propria storia familiare possa influenzare il modo di vivere oggi la genitorialità e sostenendoli nel comprendere e contenere le emozioni dei figli.

Una parte della mia esperienza riguarda inoltre il lavoro con donne e minori vittime di violenza domestica, diretta e assistita, maturata anche all'interno di una casa rifugio. Questa esperienza mi ha permesso di approfondire il tema della tutela del minore e dell'importanza di costruire contesti relazionali sicuri, accoglienti e rispettosi.

Ritengo fondamentale costruire una relazione basata sull'ascolto, sull'accoglienza e sul rispetto della storia di ciascuno, affinché la persona possa sentirsi compresa e sostenuta nel proprio percorso di crescita e cambiamento.

Materiali:

- Tavolino basso con sedie (legno o colorate)
- Fogli colorati/ matite/pennarelli/pastelli a cera
- Scaffali/contenitori bassi per libri o giochi
- Materassino morbido gioco (anche pieghevole tipo ikea)
- Timer visivo per bambini
- Flash cards emozioni