

Mi chiamo Sonia Lorenzi sono Laureata in Psicologia clinica presso l'Università degli studi di Padova ed ho conseguito con lode il titolo di specializzazione quadriennale in Psicoterapia nel Setting Istituzionale (S.I.P.S.I.) di Roma il cui ente gestore è il The International Institute for Psychoanalytic Research and Training of Health Professionals (I.I.P.R.T.H.P.).

I miei studi sono proseguiti conseguendo l'attestato di perfezionamento in psico-oncologia che mi ha permesso di operare concretamente accanto al malato oncologico presso il reparto di oncologia, di pediatria e l'Hospice "Casa tua Due" presso l'Ospedale San Martino di Belluno. Successivamente ho intrapreso gli studi in psicologia dello sport frequentando due master in mental training e psicologia dello sport. Ho ottenuto, nel 2013, l'attestato in "Mental Training e Coaching" con specializzazione in Life Coaching presso la Scuola "Associazione Culturale S.T.E.P. Consapevole", accreditata da Sicoo. Ho conseguito, nel 2014, la certificazione riconosciuta dalla SPOPSAM (Società professionale operatori in psicologia dello sport e delle attività motorie) che abilita all'esercizio della psicologia dello sport.

Ho collaborato con:

- **il reparto di pediatria dell'Ospedale San Martino di Belluno** prestando supporto psicologico ai bambini malati di tumore e alle loro famiglie e sostenendo le esigenze di carattere psicologico ai bambini ricoverati nel reparto dal 2003 al 2006;
- **A.G.D. (Associazione genitori diabetici) presso il reparto di Pediatria dell'Ospedale Santa Maria del Prato di Feltre (BL)** prestando sostegno psicologico ai bambini diabetici e alle loro famiglie in qualità di psicoterapeuta dal 2007 al 2011;
- **il Comune di Belluno**, al progetto "Sportello di ascolto psicologico" in qualità di psicologa presso le Scuole Secondarie di I grado di Belluno nell'anno 2008;
- **l'Istituto secondario di primo grado I. Nievo di Belluno** dove ho curato dal 2006 al 2020 lo "Sportello di ascolto psicologico"
- **il centro di riabilitazione cardiologica dell'ospedale Codivilla Putti di Cortina** prestando supporto psicologico al paziente con patologia cardiologica e ai suoi famigliari dal 2007 al 2016;
- **l'Hospice "Casa Tua Due" di Belluno** prestando supporto psicologico al paziente con patologie croniche e terminali, ai suoi famigliari e al personale dal 2010 al 2015;
- **la scuola media I.Nievo di Cavarzano Belluno** dove curo uno sportello di ascolto psicologico a favore degli alunni, degli insegnanti e dei genitori;
- **Formarte di Belluno** con un progetto di Arte terapia e di Pet therapy con i cavalli;
- **l'Atletica Dolomiti Belluno** con la quale ho avviato un percorso di mental training, di supporto psicologico e di applicazione di strategie per aumentare le potenzialità degli atleti e per migliorare l'approccio tecnico e relazionale di allenatori e tecnici con i componenti della squadra;
- **L'azienda Certottica-Area Formazione** con il Progetto Assegno per il lavoro istituito dalla Regione Veneto per l'inserimento lavorativo di persone disoccupate. Aiuto le persone non solo a reinserirsi nel mondo del lavoro dal punto di vista pratico, ma anche valutando con loro punti di forza e di debolezza per una maggior presa di consapevolezza sul piano psichico ed emotivo.

Attualmente collaboro con :

L'istituto superiore Follador di Agordo e lo Ski college di Falcade, dove curo uno sportello di ascolto psicologico a favore degli alunni, degli insegnanti e dei genitori.

Svolgo attività privata libero professionale di psicoterapia presso:

Lo studio, di mia proprietà, situato in Via Vittorio Veneto 284 a Belluno;

Sono abilitata all'esercizio della professione di psicologa-psicoterapeuta e sono iscritta all'Ordine degli Psicologi del Veneto da marzo 2002 con il n. 3879

L'approccio che utilizzo nell'ambito della mia attività libero professionale è la psicoterapia dinamica psicoanalitica che continuo ad approfondire grazie anche alla mia adesione, in qualità di socia, all'Associazione di psicoterapeuti, "La Recherche", associazione culturale e scientifica per la formazione continua, lo studio e la ricerca in psicoterapia psicoanalitica.

La psicoterapia dinamica si caratterizza per l'attenzione costante alla relazione, alle dinamiche in gioco e alle modalità relazionali abituali. In tal senso, una buona relazione tra terapeuta e paziente si propone di far fronte al naturale bisogno dell'uomo di cercare sollievo, comprensione e aiuto.

L'incontro del paziente con il terapeuta si svolge attraverso un importante dialogo che permette all'individuo di scoprire insieme qualcosa di più di quello che già conosce con l'obiettivo di migliorare la propria qualità della vita. Il sintomo è solo una manifestazione superficiale che ha, però, radici molto più profonde e che può essere compreso attraverso un percorso psicoterapico. Il tipo di psicoterapia utilizzata dipende dai bisogni, dalle risorse interiori del paziente e dalle richieste che vengono poste al terapeuta.

Il primo passo da compiere insieme è comunque sempre quella della consultazione necessaria per conoscersi, mettere a fuoco il problema e la domanda di cura. In seguito, qualora se ne valuti la necessità, si concorda il percorso da effettuare per trovare una chiave di lettura ai problemi e nuove modalità per affrontarli e risolversi.

Mi occupo di:

- disturbi d'ansia;
 - disturbi dell'umore: depressione nelle sue diverse manifestazioni;
 - difficoltà relazionali;
 - disturbo ossessivo compulsivo;
 - disturbi legati allo stress;
 - disagio giovanile;
 - tecniche di rilassamento e di visualizzazione;
 - psicologia dello sport;
 - elaborazione del lutto.
- disturbi d'ansia (ansia generalizzata, attacchi di panico, fobie,...)
 - disturbi dell'umore: depressione nelle sue diverse manifestazioni
 - disturbi di Personalità
 - difficoltà relazionali
 - autostima ed insicurezza
 - disturbo ossessivo compulsivo
 - disturbi legati allo stress/burnout
 - elaborazione del lutto
 - psicooncologia: supporto al malato oncologico e ai familiari/caregiver
 - psico-cardiologia: supporto al malato cardiologico e ai familiari/caregiver
 - preadolescenza-adolescenza: disagio giovanile
 - rapporto genitori-figli
 - tecniche di rilassamento e di visualizzazione