



Dott.ssa Bianca Lucrezia Marchesi
PSICOLOGA

biancamarchesi96@gmail.com
cell: 3334831597

Orientamento teorico: psicoterapia breve focale integrata
Iscritta all'Albo degli Psicologi della Lombardia n°25921
Consulente sessuale
Esperta in psicogeriatría
Conduttrice di gruppi

ATTIVITA' PROFESSIONALE

Sono psicologa e psicoterapeuta in formazione presso la **Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Breve Integrata (ISerDiP)**, all'ultimo anno. Il mio approccio è **breve, focale e integrato**, orientato ai bisogni specifici della persona: combina gli elementi della teoria psicodinamica, cognitivo-comportamentale e del ciclo di vita per costruire percorsi che siano brevi, mirati al focus centrale della difficoltà del paziente e adattati alla sua esperienza unica, con l'obiettivo di favorire un cambiamento efficace e sostenibile nel tempo.

Svolgo attività come libero professionista con **giovani adulti e adulti**, offrendo percorsi sia **in presenza sia online**.

All'interno della mia pratica clinica, accompagno i pazienti in percorsi individuali di supporto psicologico e psicoterapeutico, integrando tecniche di **rilassamento e meditazione** come strumenti di regolazione emotiva, contatto con il corpo e sviluppo della consapevolezza interna.

Conduco **The Life Lab**, un gruppo dedicato a tematiche esistenziali (libertà, solitudine, senso, morte) per chi sente che è tempo di guardare in profondità e cambiare prospettiva. In alcuni gruppi, il lavoro si ispira anche al concetto di **impronte di nascita**, intese non come

ricordi autobiografici, ma come modalità corporee e relazionali precoci che possono riattivarsi nel presente e influenzare il modo di stare in relazione con sé e con gli altri. Questo tipo di lavoro mira a favorire integrazione ed elaborazione di vissuti preverbalì attraverso un'esperienza corporea guidata dal respiro.

Parallelamente all'attività in studio, lavoro **a domicilio** con persone anziane affette da Alzheimer o altre forme di demenza, occupandomi di **stimolazione cognitiva** e offrendo, quando necessario, supporto psicologico ai familiari. Questo ambito di intervento nasce dall'esperienza maturata in precedenza all'interno di una **casa di riposo**, contesto che ha contribuito a orientare il mio interesse clinico verso il lavoro con l'anziano e con la sua rete affettiva.

Mi occupo inoltre di problematiche legate alla **sfera sessuale**, integrando tale area all'interno dei percorsi di presa in carico psicologica.

AMBITI DI INTERVENTO:

- Difficoltà in ambito relazionale, affettivo e familiare
- Difficoltà nella sfera lavorativa e gestione dei momenti di crisi o cambiamento professionale
- Elaborazione del lutto
- Elaborazione di eventi traumatici
- Dipendenze comportamentali (dipendenza relazionale, shopping compulsivo, gioco d'azzardo)
- Dipendenza da sostanze
- Difficoltà legate alla sfera dell'alimentazione
- Difficoltà psicosomatiche
- Ansia per la salute e ipocondria
- Difficoltà legate alla salute fisica, propria o di una persona cara
- Disturbi d'ansia, attacchi di panico e stati di ansia acuta
- Disturbo ossessivo-compulsivo
- Gestione dello stress
- Depressione e difficoltà legate all'umore
- Fobie e paure irrazionali che generano forte ansia
- Difficoltà legate alla sfera sessuale
- Difficoltà legate alla sfera LGBTQIA+
- Sostegno psicologico in situazioni di violenza subita o assistita
- Miglioramento dell'autostima

- Percorsi di crescita personale e consapevolezza di sé
- Psicogeriatria: interventi di stimolazione cognitiva con persone anziane affette da Alzheimer o altre forme di demenza, e sostegno ai familiari

ATTIVITA' FORMATIVA

Mi sono laureata in **Scienze e Tecniche Psicologiche** presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore e successivamente in **Psicologia dello Sviluppo e dei Processi di Tutela**, presso il medesimo Ateneo, conseguendo la laurea magistrale con **110 e lode**. La mia tesi ha approfondito il tema dell'**abuso sessuale**, focalizzandosi sul ruolo del supporto emotivo dell'intervistatore nell'audizione protetta del minore e sulla sua influenza sulla narrazione traumatica.

Ho successivamente conseguito un **Master in Consulenza Sessuale** presso l'AISPA, formazione che ha arricchito il mio lavoro clinico nell'area della sessualità e delle difficoltà ad essa correlate.

Attualmente frequento il **quarto e ultimo anno** della Scuola di Specializzazione in **Psicoterapia Breve Focale Integrata**, approfondendo un modello orientato all'individuazione del focus clinico e all'integrazione di differenti riferimenti teorici e tecnici.

Nel corso della mia formazione ho svolto tirocini e collaborazioni presso diversi servizi clinici, tra cui un centro a orientamento familiare e sistemico, un consultorio familiare e un centro a orientamento psicoanalitico (Centro Studi per la Famiglia). Queste esperienze mi hanno permesso di confrontarmi con **diversi approcci psicoterapeutici**, contribuendo allo sviluppo di una pratica clinica integrata e flessibile, attenta alla complessità della persona e del contesto.

Parallelamente alla formazione accademica e clinica, pratico **yoga e meditazione**, discipline che hanno influenzato il mio modo di concepire il lavoro terapeutico. Integro infatti il **lavoro meditativo e di consapevolezza corporea** nella mia pratica professionale, come strumenti a supporto della **regolazione emotiva** e del **contatto mente-corpo**.