

# ***Dott.ssa Paola Valenzano*** ***Psicologa - Psicoterapeuta***

**Specialista in:**

**Psicoterapia individuale**

(disturbi dell'umore, del comportamento alimentare, scarsa autostima, sensazione di malessere generale anche riconducibile ad ansia....)

**Ipnosi in psicoterapia**

(difficoltà a smettere di fumare, dimagrire...)

**Tecniche di gestione dello stress**

**Tecniche di comunicazione**

**Psicoterapia di coppia**

(litigi, incomprensioni, difficoltà del trovare accordi, nella relazione sessuale ....)

**Training di rilassamento**

**Training di preparazione al parto (RAT)**

**Potenziamento dell'autostima**

*Per informazioni ed appuntamenti  
chiedere in segreteria*