



Ciao, come stai?

Spero, e credo, che tu oggi stia bene. Ne sono davvero felice, perché questo tuo benessere vale tutta la strada che insieme, giorno dopo giorno, abbiamo percorso insieme.

Ora sto provvedendo a mettere insieme un elenco di video testimonianze, una raccolta di commenti sulla qualità della mia consulenza: ho scelto te perché penso che con le tue risposte e la tua immagine possa (aiutarmi e) aiutare tante altre persone ad affidarsi a dei veri professionisti che tengono sul serio a quello che fanno, e soprattutto che portano risultati.

In questa intervista ti chiederò di raccontare in breve la tua esperienza personale vissuta durante tutto il percorso fatto con me, attraverso tre momenti: Prima dell'incontro, Durante e... Oggi!

Cominciamo!

ANGELA L.

Prima: La tua ricerca

Com'è nato il desiderio di rivolgerti a me o (se questa è la tua prima esperienza) di richiedere un servizio di consulenza psicologica?

Qual è la cosa che ti ha spinto ad attivarti?

Una storia di profonda sofferenza, dovuta all'aver vissuto una relazione con un uomo narcisista che mi aveva criticata, denigrata, colpevolizzato e boicottata. Avevo già seguito un percorso di psicoterapia di circa 1 anno. Razionalmente mi ero reso conto che le dinamiche che avevo vissuto, ma emotivamente non riuscivo a superare le traumi. Sentivo di aver bisogno di qualcosa che mi uscisse fuori dal mio tormento.

Da dove hai cominciato? (Hai ricercato online, hai fatto un giro in città, hai chiesto consigli a parenti e conoscenti...?)

Ho fatto una ricerca in rete. Nello specifico, ho cercato psicologi che fossero specialisti nelle tecniche EMDR che, come affetto da letture varie, sapevo essere utili nelle elaborazioni di traumi psicologici. Ho cercato da sola, senza acquisire prove altre informazioni o consigli. Sono stata fortunata solo da una sorella a cui ho comunicato la mia intenzione di rivolgermi ad un altro professionista.

Hai valutato altri professionisti oltre a me? Cosa ti ha bloccato dal rivolgerti a loro?

La mia ricerca online mi ha fornito diversi nomi e indirizzi di psicologi. Non mi sono rivolta a loro perché sentivo che non mi fosse stata ispirata nel farlo. Ho avuto le sensazioni che le loro competenze professionali non coincidessero con ciò che cercavo. Mi sono lasciate prendere da quello che il mio istinto mi ha suggerito in quel momento.

Durante: L'incontro

Come sei venuto a conoscenza di Salvatore Panza? Avevi sentito parlare di me? Cosa ti aveva incuriosito dall'esterno? Che idea avevi?

Non avevo sentito parlare del dott. Pansa prima di cominciare la via ricerca. Visitando il suo sito internet ho acquisito informazioni sulle tue conferenze. Sono stata pronta ad aver affrontato la via afferendo in quanto mi hanno dato l'idea di un professionista preparato, capace, attivo e dinamico.

Quali perplessità avevi (se le avevi) prima di decidere di rivolgerti a me?

Uscirei perplessa, sentivo di aver bisogno di un "intervento" serio e decisivo per poter uscire fuori dal mio stato di angoscia e di sofferenza. Mi sono rivolta a te con molta fiducia e speranza.

Come ti è sembrato il nostro primo incontro? Eri a tuo agio?

Ho un ricordo molto positivo del nostro primo incontro, durante il quale mi sono sentita subito a mio agio. Questo mi ha messo nelle condizioni di aprirmi completamente e raccontare il mio problema senza ritegna e difficoltà, superando il timore che avevo di non riuscire a rendere in maniera chiara il mio stato di angoscia.

Come sei stato accolto? Hai notato differenze rispetto ad eventuali esperienze precedenti?

Ho colto subito in te molta empatia, apertura e capacità di intercettare in maniera semplice e diretta. Mi sono sentita veramente "accolta". Mi ha colpito il tuo invito a darti del "tu", cose che non mi ero mai sentita nelle precedenti esperienze di psicoterapia. Questo mi ha permesso di avvicinarmi e sostenermi e mi ha messo ancora di più a mio agio.

Qual è la cosa (se c'è stata) che ti ha fatto quasi desistere dal decidere di cominciare il rapporto con me?

Cosa ti ha spinto ad andare avanti? Cosa ti ha fatto pensare che stavi facendo la scelta giusta?

Nel corso delle prime sedute, sono venute fuori tutte le mie debolezze e fragilità, quelle che mi hanno causato tanto dolore e sofferenza. L'impatto è stato forte, ma contemporaneamente ho capito che era giunto il momento di affrontare me stessa. Con la certezza di essere ben sostenuta e in buone mani ho sentito quella spinta, quella motivazione, quel coraggio ad andare avanti!

Dopo: Oggi

Oggi, un po' di strada insieme l'abbiamo percorsa. Come ti senti?

Mi sento molto serena, molto più consapevole di me, delle mie potenzialità e più forte e libera di vivere appieno la mia vita. Mi sento di avere quell'energia pronta per poter vivere gli eventi e le esperienze della vita dando loro il valore che meritano, e di riuscire di più a farla mia. Non sento più quell'ansia che in alcuni momenti mi disorientava completamente.

Nel complesso, come valuti tutta l'esperienza vissuta con me? Mi hai sentito abbastanza vicino in tutte le scelte che hai dovuto compiere?

È stata un'esperienza assolutamente positiva. Mi sono sentita molto supportata e molto ben guidata nell'affrontare i miei problemi, trovare le risposte giuste e soprattutto le soluzioni.

grusti per poter risolvere e superare.

Quali obiettivi ritieni di aver raggiunto grazie a questo percorso?

L'obiettivo più importante per me è quello di sentire dentro un vero cambiamento che mi sta dando molta serenità, calma e fiducia. È questo grazie all'aver potuto elaborare traumi vecchi (le perdite di mio padre quando ero piccolo) e nuovi (il mio matrimonio che mi ha reso un'assistente) e schemi mentali che mi hanno condizionato la vita.

Se potessi parlare ad un tuo amico, cosa consigliereste di Salvatore Panza? Secondo te, perché Salvatore Panza è differente dagli altri professionisti della stessa categoria?

Risponderei la mia esperienza di profondo e felice cambiamento a lui, grazie all'energia trasmissiva del dott. Panza, poco andata incontro, sotto l'aspetto che il dott. Salvatore Panza ha le vociferazioni dello psicologo!