



## Lorena Maltempi

Psicologa e psicoterapeuta sistemico familiare,  
mediatrice familiare di primo livello.

Il valore del mettere la persona e i bambini al centro è la caratteristica della mediazione familiare in cui mi sono immediatamente riconosciuta.

Come **psicologa** e **psicoterapeuta sistemico familiare** ho maturato un'esperienza ventennale con le persone, le coppie e le famiglie in vari contesti: consultorio accreditato (di cui ho coordinato l'equipe sistemica clinica e quella della formazione nelle scuole), studio privato, associazioni onlus.

Fare terapia, per me, significa prendersi il tempo e lo spazio necessario per "rimettersi al centro", ritrovare il contatto con se stessi anche attraversando le fatiche che incontriamo nella vita.

Nell'arco degli anni ho integrato l'approccio sistemico con tecniche della **terapia cognitivo comportamentale** e breve strategica per i disturbi d'ansia; ho approfondito l'orientamento umanistico per dare un nuovo spazio alle emozioni e ai vissuti all'interno dello spazio di

terapia; ho perfezionato l'uso dell'**EMDR** nell'elaborazione delle esperienze traumatiche; ho approfondito le tematiche della comunità **LGBT+** e quelle relative alla parità di genere; mi sono occupata, e mi occupo, di bullismo, cyberbullismo e educazione ai new media.

Occupandomi di famiglie e coppie, ho ampliato il modo di guardare e gestire il conflitto integrandolo in vari modi. Questa necessità di approfondimento mi ha portata a divenire **mediatrice familiare di primo livello (modello ESBI)**. Il conflitto, ben gestito, è per me un'occasione di crescita e di messa in campo di risorse per trovare accordi condivisi e duraturi.

Socia fondatrice dell'Associazione di Mediazione familiare MediaMenti.