

Menopausa precoce: il ruolo della psicoterapia

Chiara Micheletti

Menopausa precoce: il ruolo della psicoterapia

Corso ECM su "Menopausa precoce: dal dolore alla salute", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 27 marzo 2015

Sintesi del video e punti chiave

La menopausa precoce implica una serie di profondi cambiamenti fisici ed emotivi, e un senso di perdita che può generare un vero e proprio sentimento di lutto. Nessuna donna è preparata ad accettare una diagnosi così grave e irrevocabile, tanto più in un contesto socio-culturale come quello odierno, che alimenta il mito dell'eterna giovinezza. E' importante allora che la donna non si chiuda nel silenzio e nella solitudine, ma cerchi un nuovo equilibrio esistenziale e continui ad essere "fertile" e creativa nei confronti della vita. In questo contesto, la psicoterapia può offrire un valido supporto, sempre in stretta sinergia con le cure mediche.

Come si svolge la psicoterapia? Quali sono i suoi presupposti e i suoi obiettivi?

In questo intervento, la dottoressa Chiara Micheletti illustra:

- come la menopausa precoce non sia sinonimo di fine della femminilità;
- come, nonostante questo, la donna – l'indomani della diagnosi – sia confusa, preoccupata e cognitivamente poco ricettiva;
- le criticità insite nell'intervento medico e psicoterapico;
- che cosa dovrebbe chiedere e dire il medico nel momento dell'invio alla psicoterapia;
- l'importanza, in particolare, di un ascolto attivo ed empatico;
- le principali tipologie di donne che si rivolgono allo/alla psicoterapeuta;
- le problematiche psicologiche più frequenti che portano in consultazione;
- le ferite più significative sul senso di femminilità e di fertilità;
- le domande e le paure espresse durante le sedute;
- come si svolge, in concreto, il supporto psicoterapico;
- alcune aree di indagine complementari al lavoro psicologico vero e proprio;
- i benefici della psicoterapia di gruppo e di supporto reciproco.