



Alternanze. La consulenza tra web e vis a vis

Federica Gamberale- Psicoterapeuta

Cooperativa Cat- Ass.ne Asa

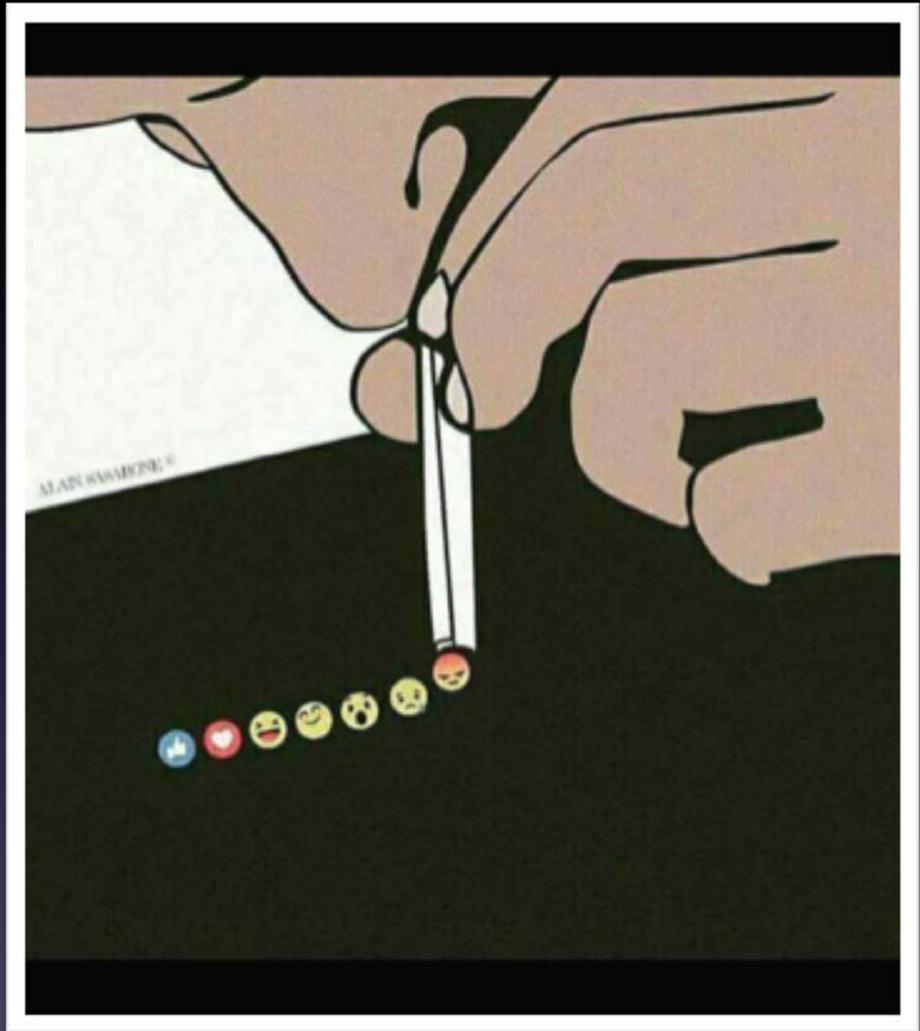
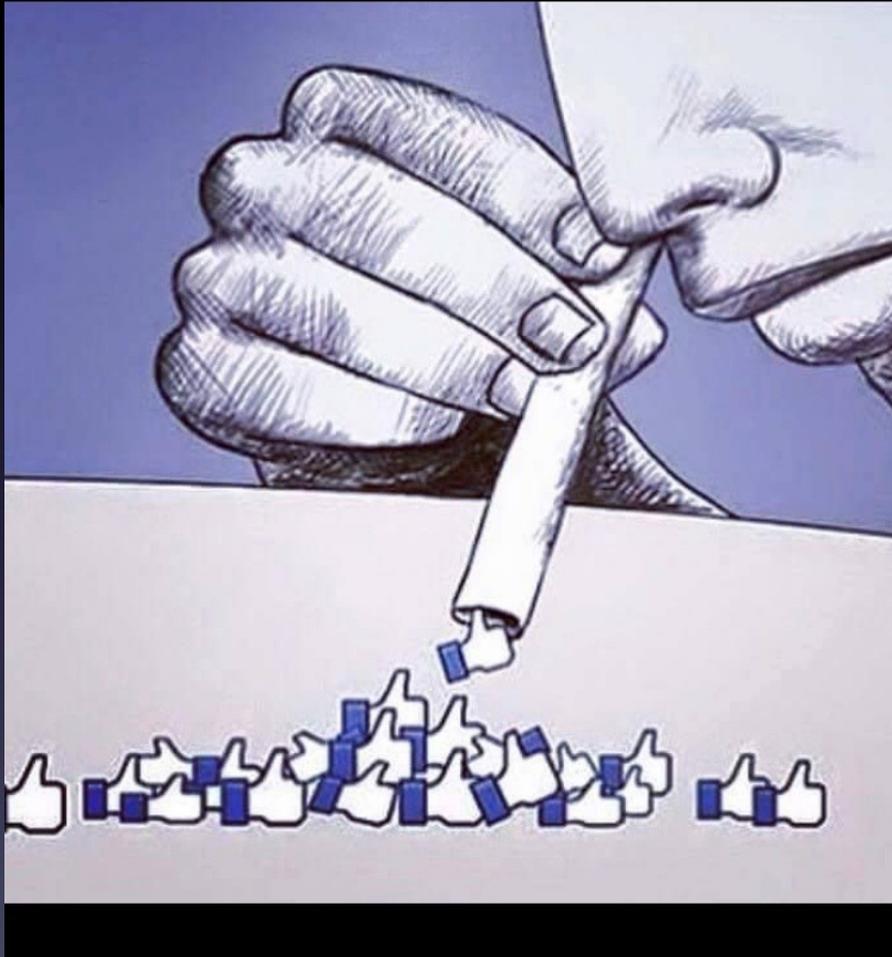
ALTERNANZE



ANCORA...



Digito ergo sum



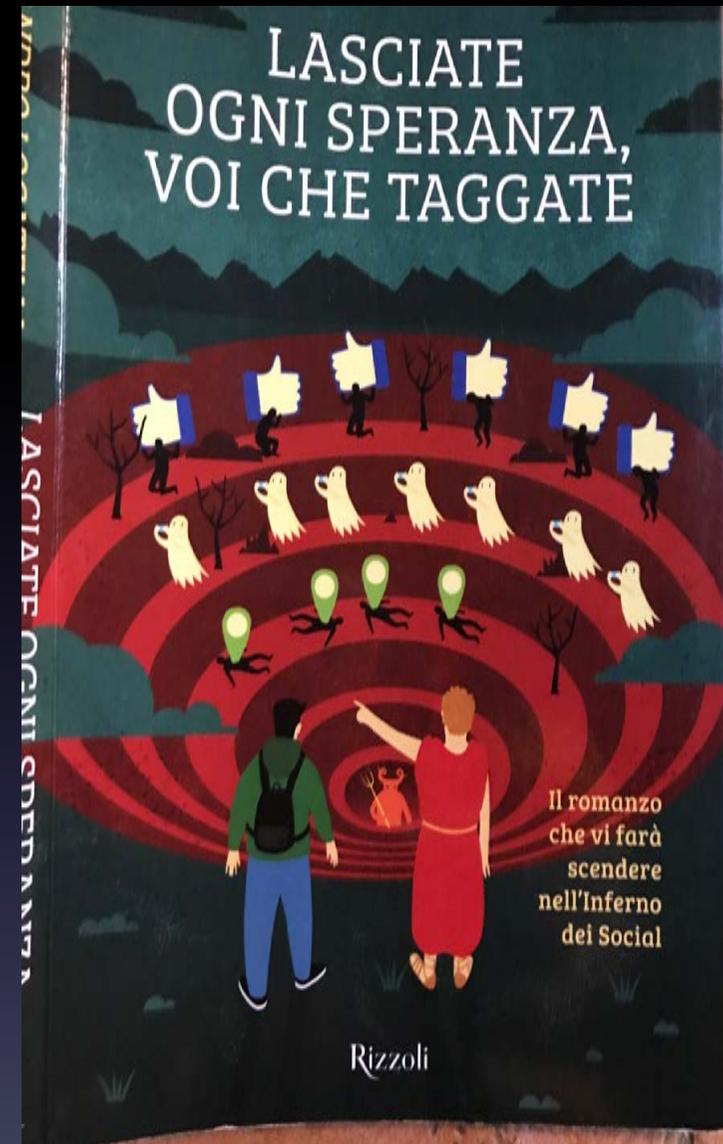
ALTERNANZE

IGNAVI: "quelli che in vita non si sono mai schierati, che sui social non hanno mai postato nulla, né uno stato, né una foto né un tweet. Quelli che si sono iscritti **perché** di moda e tutti lo facevano, ma non hanno mai partecipato attivamente. Così come in vita non hanno digitato parola allo stesso modo qui vagheranno con la bocca cucita senza poter parlare, condannati all'eterno silenzio"

LIMBO: zona dell'inferno dei social network dove stazionano anime meritevoli morte prima dell'avvento dei social

AVARI DI FANTASIA: persone che nella vita non fanno altro che scrivere le stesse cose anno dopo anno senza mai portare un contributo nuovo o far trasparire il proprio punto di vista originale. E così come in vita queste anime avevano trascorso le giornate all'ombra di pensieri altrui, ora sono condannati a fissare uno schermo bianco per l'eternità"

ERETICI: quelli che in vita hanno criticato i social network sui SN stessi, diffondendo idee false e prive di fondamento proprio attraverso il mezzo che hanno sempre denigrato. ora sono condannati a stare in una buca profonda otto metri così nessuno potrà più sentire i loro lamenti



Do you have Facebook? No!



How about Twitter? No!



Do you have Whatsapp? No!



Then, what DO you have? A LIFE!



Great!! I need it for Candy Crush!!!



?!?!



#THIS GENERATION

©AJIT JOHNSON

Consulenza web Cannabism, cocaine, sostanze.info, youngle



CANNABIS
self management



COCAINE
SELF MANAGEMENT



Il portale della percezione

Informazioni, esperienze e notizie sulle sostanze psicoattive. [Pubblica anche tu.](#)

Domande agli Operatori

Cerca nell'archivio | Fai una domanda

Cerca nell'archivio di 50322 risposte, o fai una nuova domanda, anche in forma anonima.

alcol anfetamine canapa cocaina ecstasy eroina
ketamina psichedelici psicofarmaci tabacco altro

agini | video

WELCOME TO **YOUNGLE**
ZONA DI SOPRAVVIVENZA UNDER 20

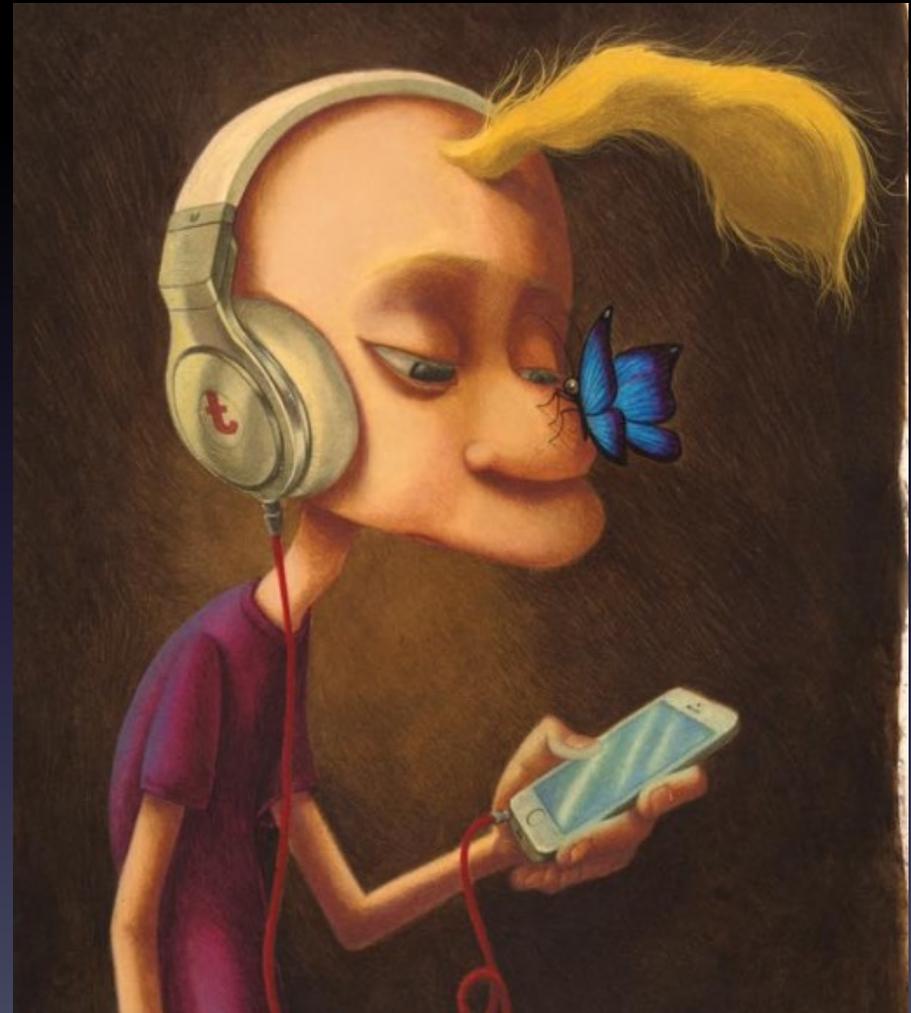
Caratteristiche positive della consulenza web

- Supporto più immediato, conveniente e “poco costosa”, servizio anche per chi non può spostarsi
- Assenza del contatto visivo, presenza virtuale diminuisce le resistenze
- Il tempo di risposta aumenta possibilità di riflessione
- La chat (colloquio) rimane per cui può essere riletto



Limiti del web

- Inaccessibilità al non verbale
- Tempo
- Assenza del corpo





EMILY

Buonasera! Ho 23 anni e ho cominciato a fumare a 19. Con ritmo giornaliero da due anni

- C: ciao Emily, se per te va bene direi di darci del tu così è più semplice scrivere.
- E: certo per me va benissimo grazie, anche se è la prima volta che do del tu ad un dottore 😊
- C: 😊 tornando al motivo per cui mi hai scritto ricordi quando hai cominciato ad usarle quotidianamente?
- E: Nel periodo in cui ho cominciato a fare coming out (sono lesbica) e non riuscivo ad accettarlo molto bene
- C: capisco, quindi è stato un modo per affrontare con maggiore "leggerezza" la fatica di aver scelto di fare coming out? in che modo ti aiutavano le canne in quel periodo lo ricordi?
- Esatto 😊 anche un modo per cercare di "sfuggire" dai contatti reali. Ho cominciato a fumare da sola, chiusa in camera per cercare stimoli creativi e, allo stesso tempo, riuscire a "studiarmi".
- C: e ha funzionato in quel momento?
- E: Diciamo di sì anche se soffrivo parecchio di paranoie e "prese a male" ma andavo oltre e continuavo a fumare perchè sapevo che "se mi prendevo bene" tutto mi appariva migliore. Adesso mi capita pochissime volte di prendermi male o di "sballarmi" come ai tempi in cui ne godevo quando mi prendevo bene

- E: (...) Scusa ma sto cercando di scrivere il più e meglio possibile, e probabilmente lo sto facendo male
- C: no invece sei davvero molto precisa nelle descrizioni, per cui diciamo che dopo il periodo iniziale è cambiato qualcosa negli effetti che le canne hanno ora su di te?
- E: si, quando ho conosciuto la mia attuale ragazza, con la quale sto molto bene e comincio a vivere in maniera totalmente serena la mia sessualità. anche lei fumava abbastanza e assieme abbiamo raddoppiato pian piano la dose..assieme abbiamo comincio a viverla molto meglio, raramente ci prendiamo male.. e il tutto diventa più difficile, fumare mi piace, ci piace. IN realtà mi rendo conto di essere più rallentata, di non ricordarmi quando è stata l'ultima volta che non ho fumato, del fatto che cerco l'erba in qualsiasi posto in cui vado.. mi sento un po' in trappola diciamo, e anche lei. Assieme è difficilissimo però. Ne abbiamo parlato mille volte ma poi per "cambiare" ci accendiamo una canna. Non va più bene diciamo, non voglio diventare "una drogata cronica".. vorrei fare qualcosa in più e fumare solo quando ne ho voglia, quando ci sta, come le sbronze
- C: capisco la difficoltà di modificare un comportamento, soprattutto se insieme il comportamento viene rinforzato...però immagino che ciascuna di voi due abbia dei momenti di vita più autonomi quindi forse potresti provare ad immaginare un cambiamento dei consumi in quei momenti... tu dici che fumi sia da sola che in compagnia e che da un lato ti piace molto e dall'altro non vuoi sentirti una "drogata cronica"
- E: ESATTO, hai capito perfettamente cosa intendo...e non mi aiuta che anche la maggior parte delle persone che ho attorno fumino anche se, a dire il vero, fumo da sola anche se mi trovo in compagnia di gente che non fuma e questo senz'altro potrebbe essere modificato, come la cannetta post-caffe la mattina o le altre insensate, in cui non le condivido nemmeno

Caso 2:dalla consulenza vis a vis alla consulenza online





Dott.ssa Federica Gamberale

3478941687

fedegambe@gmail.com

GRAZIE!!!