

ENEA FILIMBERTI

Sono Psicologo/Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale, Analista clinico del Comportamento e Psicologo dello Sport.

Mi occupo, come docente, formatore, terapeuta e supervisore, di psicoterapie cognitive comportamentali di terza generazione (ACT, Mindfulness), di analisi contestuale del comportamento e della loro applicazione tramite specifici percorsi, individualizzati o di gruppo, volti a facilitare il recupero di una maggiore flessibilità psicologica, ad arricchire la qualità di vita e a perseguire un generale benessere nei diversi ambiti della vita.

Mi occupo, tra gli altri, di:

Disturbi d'ansia

Depressione

Attacchi di Panico

Fobie Specifiche

Disturbo Ossessivo Compulsivo

Gestione Emotiva

Gestione della Rabbia

