

**Dott. Crea Giuseppe**  
Psicologo Clinico,  
Psicoterapeuta  
(Analista Transazionale)

**Ambiti di intervento:**

Disturbi d'Ansia,  
Disturbi dell'Umore,  
Difficoltà nella relazione  
Stress

**Riceve per appuntamento  
presso:**

Studio Psicologico  
Via Paolo Bentivoglio 19  
Quinto piano, interno 10  
Metro A, fermata Valle Aurelia  
Roma

☎ 339/3708944  
(ore serali)

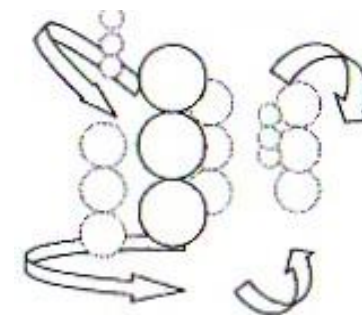
✉: [crea.gius@tiscali.it](mailto:crea.gius@tiscali.it)  
Web: [www.creagiuseppe.com](http://www.creagiuseppe.com)  
Pagina Web:  
[www.unisal.it/ct-docenti/257-facolta-di-scienze-dell-educazione/41-crea-giuseppe](http://www.unisal.it/ct-docenti/257-facolta-di-scienze-dell-educazione/41-crea-giuseppe)



**Via Paolo Bentivoglio 19  
- Roma**

**Dott. Giuseppe Crea**  
Psicologo – Psicoterapeuta  
Analista Transazionale  
Iscritto all'albo n° 9475

STUDIO DI  
**PSICOLOGIA**  
E  
**PSICOTERAPIA**



Via Paolo Bentivoglio 19  
5° piano, int. 10  
Roma (Metro A, Valle Aurelia)

**TI. 339 3708944**

# Io sono OK, tu sei OK: verso l'autonomia

---

## L'Analisi Transazionale

L'Analisi Transazionale è una teoria della personalità e una psicoterapia sistematica.

Come teoria della personalità fornisce un quadro sulla strutturazione dell'individuo da un punto di vista psicologico attraverso il modello degli Stati dell'Io.

Come sistema l'Analisi Transazionale si propone di essere modello di proposta preventiva e metodo di intervento terapeutico, organizzativo ed educativo.

Come psicoterapia essa viene utilizzata nel trattamento di disturbi psicologici di ogni tipo, essendo un metodo di psicoterapia individuale, di coppia, di gruppo e familiare.

La metodologia di intervento è caratterizzata da un contratto bilaterale di crescita e cambiamento della persona.

## Perché fare psicoterapia?

La persona che cresce e matura nella sua dimensione interpersonale è la persona che si rende autonoma.

Secondo Berne, «L'autonomia si conquista quando si liberano o si recuperano tre capacità: consapevolezza, spontaneità e intimità».

### Consapevolezza

Essere consapevoli è sapere cosa succede qui e ora: vuol dire informarsi su se stessi e domandarsi il perché delle proprie difficoltà.

### Spontaneità

Proprio come la persona consapevole esperisce il mondo, allo stesso modo la persona spontanea reagisce al mondo, in modo diretto, senza cancellare parti della realtà.

### Autenticità

L'autenticità riguarda la capacità di entrare in rapporto sincero e profondo con l'altro e con l'ambiente.

## Studio di Psicologia e di Psicoterapia

### Attività Clinica:

Colloqui individuali di psicoterapia  
Psicodiagnostica  
Stesura di relazioni psicologiche  
Counseling / Orientamento  
Colloqui familiari / di coppia  
Gruppi di sostegno e di aiuto-aiuto

### Attività Formative:

Seminari esperienziali:

- sulla comunicazione empatica ed assertiva
- sulla conoscenza di sé
- sull'ascolto attivo
- sulla gestione dei conflitti interpersonali
- sulla gestione dello stress
- tecniche di rilassamento
- training autogeno