Omnes

CENTRO DI PSICOTERAPIA SOCIALE

Diamo un senso
al futuro, insieme



omnesmilano.it

Chi siamo

Il benessere psicologico è un diritto

Omnes Centro di Psicoterapia Sociale è un luogo accogliente, aperto alla collettività, nato dalla convinzione che il benessere psicologico sia un diritto di tutti.

Omnes è l'espressione di un desiderio profondo condiviso dai suoi fondatori, i professionisti Elisabetta Cattaneo e Andrea Jannaccone Pazzi: creare per la comunità uno spazio in cui ciascuna persona può trovare libero accesso alla diagnosi e alla cura del disagio psichico, sentendosi accolti in un contesto privo di pregiudizi.

La cura non deve essere un lusso. Il cuore della nostra mission consiste proprio nel dare l'opportunità, al maggior numero di persone, di intraprendere un percorso di psicoterapia. Da questo la scelta di creare un centro di psicoterapia sociale che, attraverso ogni singolo contributo sostenga direttamente l'attività terapeutica, abbattendo le barriere economiche e assicurando a tutti l'opportunità di intraprendere un cammino di cura.

Accessibilità non significa compromesso sulla qualità. I professionisti di Omnes operano mantenendo standard clinici elevati, grazie alla formazione continua, al supporto costante e alla guida autorevole dei due fondatori e ideatori del progetto.

La vera anima di Omnes è il suo lavoro di squadra. Tutte le terapie vengono costantemente supervisionate in un proficuo e stimolante lavoro d'équipe settimanale. Il cuore pulsante del Centro è il continuo, vitale scambio tra i professionisti. Questa riflessione condivisa è la garanzia: un impegno costante per offrire un servizio sempre più attento, mirato, competente e, soprattutto, profondamente umano.

Omnes è il primo centro di psicoterapia a Milano accreditato con ATS Regione Lombardia (n° 092483)

Assicurare a tutti un percorso di cura

I fondatori

La forza di un sogno



Dottoressa

Elisabetta Cattaneo

Elisabetta Cattaneo è psicologa clinica, psicoterapeuta e psicoanalista della Società Psicoanalitica Italiana (SPI). Dopo la laurea in Psicologia Clinica e di Comunità all'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano (2002), si è formata in psicoterapia individuale e di gruppo presso la Scuola COIRAG, diventando socia dell'Associazione Psicoterapia Psicoanalitica di Gruppo (APG).

Per oltre dieci anni ha lavorato come consulente presso il Servizio di Psicologia Clinica e Psicoterapia dell'Ospedale San Raffaele Turro, dove ha maturato una solida esperienza nel trattamento dei disturbi di personalità, dei disturbi alimentari, dell'ansia e dell'umore, oltre che nel sostegno psicologico a pazienti con patologie organiche.



Dottor

Andrea Jannaccone Pazzi

Andrea Jannaccone Pazzi è uno psicologo clinico. Si specializza nel 2004 in psicoterapia individuale e di gruppo alla COIRAG di Milano e successivamente, nel 2014, diventa psicoanalista della Società Psicoanalitica Italiana.

Collabora per oltre 15 anni presso l'Istituto Clinico Humanitas (Mi) in qualità di psicologo di reparto e come neuropsicologo; in contemporanea, lavora come psicoterapeuta di gruppo in diverse comunità terapeutiche per il recupero della tossicodipendenza e per i minori a rischio di devianza. L'esperienza di lavoro maturata coi gruppi in ambito istituzionale lo porta a diventare supervisore di svariate équipe di comunità per adulti, minori e nell'ambito dell'educativa scolastica.

I disagi di una generazione esposta

I percorsi Omnes dedicati ad adolescenti e preadolescenti





Bullismo e Cyberbullismo

Le forme di aggressività tra pari riflettono il disagio di una generazione esposta, spesso attraversata da insicurezze profonde. Quando non si riesce a tollerare la propria fragilità, questa può trasformarsi in dominio sull'altro. Nella dimensione digitale, la distanza e l'anonimato amplificano questa dinamica, riducendo l'empatia e la percezione delle conseguenze.

Il percorso "Bullismo e cyberbullismo" offre uno spazio di confronto in cui comprendere le radici emotive di questi comportamenti e favorire modalità relazionali più mature, basate su rispetto, responsabilità e capacità di riconoscere la vulnerabilità propria e altrui.

Identità di genere

La costruzione dell'identità di genere è oggi influenzata da forti cambiamenti culturali: modelli fluidi e messaggi spesso contraddittori provenienti dai media e dai social. Molti adolescenti si interrogano su chi siano e su come possano essere riconosciuti, oscillando tra bisogno di appartenenza e desiderio di autenticità. In questa ricerca di identità, il corpo diventa spesso il primo strumento di ribellione e di denuncia del disagio. Posture, abiti, violenze autoinflitte: i giovani esprimono ciò che provano senza quasi esserne consapevoli. Dietro a questi segnali vi è una fragilità che rende difficile accettare ambivalenze, limiti e tempi della crescita. Chi sono davvero i nostri figli/figlie?

Il percorso "Identità di genere" è un accompagnamento alla scoperta di sé, libero da etichette.

Droghe e dipendenze

L'uso di sostanze, così come le nuove forme di dipendenza (internet, gioco, social), esprimono un vuoto interiore, una difficoltà a reggere la frustrazione, la solitudine e i limiti della realtà. In una società che spinge alla prestazione e all'euforia continua, molti adolescenti trovano nelle dipendenze un modo per anestetizzare il dolore o sentirsi per un attimo potenti e invulnerabili.

Il percorso "Droghe e dipendenze" offre uno spazio di ascolto in cui riconoscere il disagio celato nell'uso di sostanze o nelle compulsioni, favorendo modalità più sane di affrontare emozioni e difficoltà.

Digitali o digitalizzati

La connessione continua offre nuove possibilità di espressione, ma rischia di trasformarsi in dipendenza e alienazione. Essere "digitali" può significare abitare creativamente la rete; essere "digitalizzati" vuol dire, invece, esserne prigionieri, assorbiti, perdere contatto con sé e con l'altro. Si cercano conferme nei like della rete più che nel mondo reale.

Il percorso "Digitali o digitalizzati" aiuta i ragazzi a sviluppare un uso più consapevole e creativo della rete, ritrovando equilibrio tra vita online e relazioni reali.



Separazione e individuazione: l'emancipazione e la costruzione del Sé

In psicoanalisi, separazione e individuazione indicano il processo attraverso cui un adolescente diventa una persona distinta dai propri genitori, capace di pensare, sentire e scegliere con la propria mente. È un passaggio naturale ma complesso: per costruire la propria identità, occorre potersi "staccare" senza rinnegare l'amore e il legame che restano alla base della crescita. In una società che alternativamente prolunga la dipendenza affettiva o spinge verso un'indipendenza precoce, questo cammino può generare confusione, paura o senso di colpa.

Il percorso "Separazione e individuazione" sostiene gli adolescenti nel processo di crescita e autonomia, aiutandoli a riconoscere e integrare il bisogno di indipendenza al valore dei legami affettivi.

Apparire o essere

I profondi cambiamenti sociali degli ultimi anni - iperconnessione, centralità dell'immagine, orientamento obbligatorio alla felicità e alla performance - hanno reso sempre più sottile il confine tra ciò che si appare e ciò che si è. Molti adolescenti crescono immersi in un mondo che premia la visibilità a discapito dell'autenticità, rendendo difficile riconoscere e dare voce alle proprie emozioni. Questa distanza tra immagine e vissuto interiore può ostacolare la costruzione di un'identità solida e coerente.

Il percorso "Apparire o essere" offre ai ragazzi uno spazio per esplorare chi sono davvero, al di là dell'immagine esterna, e costruire un senso di sé più autentico e stabile.

Amare non è possedere

In un tempo segnato da continui bisogni di conferma, molti adolescenti confondono l'amore con il possesso, il legame con il controllo. La paura di perdere l'altro o di sentirsi invisibili può trasformare l'affetto in dipendenza e gelosia.
Il progetto "Amare non è possedere" aiuta i ragazzi a riconoscere queste dinamiche, a distinguere tra desiderio e bisogno, tra intimità e fusione. Attraverso il confronto e l'ascolto reciproco, imparano che amare significa rispettare l'altro come soggetto autonomo, capace di libertà e di scambio; comprendono che solo da questa differenza può nascere una relazione davvero vitale e matura.

Il percorso "Amare non è possedere" accompagna gli adolescenti alla scoperta di relazioni più libere e mature, in cui l'amore possa nascere dal rispetto e dal riconoscimento reciproco, e non dal bisogno di controllo o di fusione con l'altro.

Ascolto e sostegno guidato

Modalità di intervento per adolescenti e preadolescenti

Il centro Omnes offre ascolto e sostegno a quegli adolescenti e preadolescenti che attraversano i più diversi momenti di difficoltà. Il progetto d'intervento più adatto, per ciascuna situazione, viene valutato attraverso un primo incontro e una riunione di équipe dei professionisti del centro.







Progetti individuali

È indicato quando il ragazzo/a vive un **disagio più interno o specifico**: ansia, vissuti depressivi e di solitudine, difficoltà a riconoscere le proprie emozioni, situazioni familiari complesse. Il setting individuale offre uno spazio protetto e intimo che permette di lavorare con continuità sul suo mondo interno e sulla sua storia personale.

Progetti di gruppo

Sono particolarmente utili quando il **problema riguarda le relazioni**: difficoltà a stare con i pari, timidezza intensa, isolamento, aggressività, gelosia, dinamiche di competizione, confusione nel definire i confini. Nel gruppo gli adolescenti sperimentano uno specchio reciproco, imparano a riconoscere le proprie emozioni attraverso l'incontro con gli altri e scoprono modalità nuove di stare in relazione.

Progetti tematici

Interventi mirati, su target e temi specifici, permettono di affrontare **questioni comuni ai ragazzi di un territorio o di una scuola**. Offrono spazi di dialogo e prevenzione, aiutano a nominare ciò che spesso non trova parola e sostengono gli adulti nel riconoscere precocemente segnali di disagio. Facilitano l'avvicinamento dei ragazzi alla terapia, che diversamente non affronterebbero, attraverso un tema che li riguarda direttamente.

Un percorso di cura rispettoso

Il metodo Omnes



Omnes si ispira al primo Policlinico psicoanalitico fondato un secolo fa a Berlino. Un ambulatorio di psicoterapia che sia anche luogo di formazione con una grande visione: garantire a tutti il libero accesso alla diagnosi e alla cura del disagio psichico.
Omnes - Centro di Psicoterapia Sociale guarda a quella eredità con gratitudine, portandone avanti la visione nella Milano di oggi. L'obiettivo resta lo stesso: **offrire a tutti** - adolescenti, adulti, genitori, caregiver - la possibilità di accedere a **un percorso di cura e formazione** competente, rispettoso e profondamente umano, rispondendo con strumenti attuali ai bisogni complessi delle persone e delle comunità, attraverso il lavoro clinico, la supervisione, la ricerca, il confronto interdisciplinare costante.

Adolescenti

I ragazzi e le ragazze che vivono condizioni di disagio emotivo e psicologico possono intraprendere un percorso terapeutico che li aiuti a riconoscere e ad acquisire gli strumenti a loro necessari per affrontare le proprie difficoltà. Lo psicoterapeuta ha una funzione di ascolto che non vuole indirizzare, ma piuttosto **sostenere i processi di elaborazione e di emancipazione** necessari alla crescita individuale.

Supporto alla genitorialità

Può capitare che i genitori si sentano spiazzati e impotenti davanti alla sofferenza dei propri figli. Poterne parlare con professionisti esperti aiuta i genitori a riconoscere le difficoltà dei figli e a comprendere come gestire la relazione con loro. Si tratta di un sostegno psicologico, e non di una valutazione sulle capacità genitoriali; è un **percorso psicoeducativo** che può essere svolto con i genitori a prescindere dal fatto che i figli siano a loro volta seguiti.

Interventi esperienziali nei gruppi mediani o più allargati

Nei contesti come le classi o i grandi gruppi di preadolescenti e adolescenti, lavoriamo con modalità esperienziali che favoriscono una **partecipazione attiva** e una comprensione immediata dei vissuti emotivi. Attraverso tecniche come il gioco di ruolo, la messa in scena di situazioni quotidiane, piccole simulazioni o esercizi di gruppo, i ragazzi possono entrare in contatto diretto con ciò che provano di fronte ai conflitti, alle pressioni sociali, alla paura del giudizio, alla diversità o al bisogno di appartenenza.
Parallelamente organizziamo **percorsi di sostegno, formazione e informazione** per insegnanti, formatori, educatori e genitori per riconoscere i segnali di disagio e sostenere i ragazzi nella quotidianità, creando contesti relazionali sicuri e competenti.

Omnes
CENTRO DI PSICOTERAPIA SOCIALE

Sostienici

Prendiamoci cura *del nostro* ***futuro****, dei nostri* ***giovani***

Scegli il progetto da sostenere

Se sei un ente, un'associazione, un'impresa o un privato cittadino scegli il contesto che ti è più caro e aiutaci ad accompagnare uno o più ragazzi verso la costruzione del proprio futuro.

Bullismo e Cyberbullismo

Identità di genere

Droghe e dipendenze

Separazione e individuazione: l'emancipazione e la costruzione del Sé

Apparire o essere

Digitali o digitalizzati

Amare non è possedere

Sostieni con il 5x1000

Firma nella casella

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'articolo 10, comma 1, lettera a), del Dlgs. N. 460 del 1997

Inserisci il codice fiscale di Omnes: 12493450964

nella tua dichiarazione dei redditi: modello 730, unico e CUD

Fai una Donazione Liberale

La donazione liberale è un contributo volontario, dell'importo che preferisci, che sosterrà i progetti e le iniziative di Omnes

Effettua un **Bonifico Bancario** intestato a:
Fondazione Omnes Impresa Sociale

Iban IT63H0329601601000067520578

Causale: **Donazione liberale per "nome progetto"**

Fondazione Omnes Impresa Sociale
Via L. Mascheroni 17
20145 Milano
C.F. e P.IVA 12493450964

Centro di Psicoterapia Sociale
Piazza Giovine Italia 3
20123 Milano

omnesmilano.it