

Jestem psychologiem i psychoterapeutą w trakcie szkolenia w nurcie poznawczo-behawioralnym, członkiem Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczej i Behawioralnej.

Doświadczenie zdobywałam podczas staży terapeutycznych oraz diagnostycznych (m.in. w Klinice Psychiatrii Centralnego Szpitala Klinicznego MON),
ale przede wszystkim w trakcie licznych rozmów z ludźmi mierzącymi się z różnymi trudnościami.

Mogę pomóc w sytuacjach kryzysowych, jak również w rozwoju osobistym i zawodowym.

Wspieram w budowaniu relacji, w tym tej najważniejszej z samym sobą. Pracuję z emocjami szczególnie tymi mniej lubianymi jak lęk czy smutek. Wierzę, że terapia nie tylko pomaga „wyjść z dołka”, ale przede wszystkim pozwala żyć pełnią życia. Zapraszam na spotkanie.