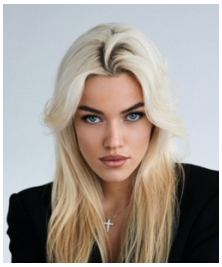

Тригубко Алёна Викторовна — психолог-консультант в направлении краткосрочной системной терапи.

Образование: МГУ; Московский институт психоанализа, программа «Мастер краткосрочного системного консультирования», специальность: психолог-консультант, 2022 г. Московский институт психоанализа, магистратура «Психология межличностных коммуникаций».

Участие в проведении программы 12 шагов.

Основные направления работы:

- межличностные взаимоотношения
- неуверенность, проблемы с самооценкой
- личностный рост
- расставания
- сложности во взаимоотношениях в семье, с партнером

Описание методики:

Краткосрочное консультирование предполагает встречи в формате беседы с выполнением методик, направленных на решение клиентского запроса, путём эмоционально-корректирующего опыта. Таким образом, меняя поведение, мы будем менять восприятие.

Краткосрочное системное консультирование совмещает когнетивный подход и бихевиоризм. Основным предметом работы является изучение поведения и познавательных процессов человеческой психики путем систематического подхода к запросу. Терапия предполагает до 10-15 встреч.

г. Москва, ул. Большая Садовая 3 с 10,, пом. 188

WhatsApp/Telegram +7 (936)245-88-86

E-mail: post@top-practice.ru
Сайт: http://top-practice.ru