



25 лет  
 Женский  
 Кишинев

## Пожелания

- Свободный график
- Удалённо

## Языки

- Румынский · Не знаю
- Русский · Родной

## Водительское удостоверение

Категория: В

Контактные данные предоставляются за дополнительную плату. Подробности здесь: <https://www.rabota.md/ro/prices/cv>

# Психолог

## Обо мне

Я практикующий психолог с базовым образованием в сфере прикладной психологии и специализацией в когнитивно-поведенческой терапии (КПТ). Продолжаю обучение в магистратуре, регулярно повышаю квалификацию и работаю с клиентами в индивидуальном и семейном формате. В своей практике создаю поддерживающее, безопасное пространство для бережной, но эффективной работы с запросами.

Запросы, с которыми работаю:

- Тревожные состояния, панические атаки
- Эмоциональное выгорание, стресс, хроническая усталость
- Низкая самооценка, неуверенность, самокритика
- Трудности в отношениях (с партнёром, родителями, детьми)
- Кризисы: возрастные, семейные, личностные
- Переживание утрат, расставаний, измен
- Нарушения границ, зависимые отношения
- Навязчивые мысли и поведение
- Работа с чувством вины, стыда, злости

Подход:

Работаю в когнитивно-поведенческом подходе (КПТ), включая техники:

- когнитивной реструктуризации
- поведенческих экспериментов
- работы с убеждениями и автоматическими мыслями
- навыков саморегуляции и самоподдержки

Также интегрирую элементы семейной терапии, опираясь на знания системного подхода.

## Желаемая отрасль

- Психология

## Образование: Неполное высшее

ПГУ им. Т.Г. Шевченко

Ещё учусь

Факультет: Педагогики и психологии

Специальность: Прикладная психология

## **Курсы, тренинги**

**НАДПО г. Москва**

*Год окончания 2024*