



## Adrianna Szewc

Jestem psychologiem, coachem i trenerem. Oprócz tytułu mgr Psychologii, ukończyłam Studium Pomocy Psychologicznej w ujęciu Gestalt, które jest pierwszym etapem 4 letniej Szkoły Psychoterapeutów Gestalt w Instytucie Integralnej Psychoterapii Gestalt akredytowanej w Polskim Towarzystwie Psychologicznym. W tym roku kontynuuję drugi etap Szkoły Psychoterapeutów przygotowujący do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty.

Posiadam dziesięcioletnie doświadczenie pracy w obszarze rozwoju osobistego i zawodowego. Specjalizuję się w pracy z osobami dorosłymi. Doświadczenie w pomocy psychologicznej zdobyłam prowadząc konsultacje psychologiczne i psychoterapię indywidualną w prywatnym gabinecie, w MOPSie oraz w projektach aktywizujących. Prowadzę także coaching życiowy, zawodowy i menedżerski oraz warsztaty umiejętności psychospołecznych. Niezwykle ważne jest dla mnie, aby pomagać jak najefektywniej osobom z różnymi trudnościami, stąd stale doskonalę swój warsztat, uczestnicząc w szkoleniach oraz poddając swoją pracę psychoterapeutyczną regularnej superwizji.

Pracuję w nurcie Gestalt, budując relację terapeutyczną opartą na zaufaniu, akceptacji i ciekawości świata klienta. W procesie psychoterapii wspieram w poszukiwaniu drogi do osiągnięcia satysfakcji życiowej. Wierzę, że każdy człowiek ma w sobie potencjał do rozwoju i poradzenia sobie z trudnościami, a psychoterapia daje sposobność do odkrycia zasobów i możliwości, dzięki którym osoba może dokonać zmian "na lepsze".

### OFERTA;

- ✓ Konsultacje psychologiczne,
- ✓ Psychoterapia indywidualna dorosłych,
- ✓ Psychoterapia on-line,
- ✓ Psychoterapia grupowa.

### LOKALIZACJA;

Poradnia „z INICJATYWĄ”  
ul. Pow. Warszawskich 38/1  
41-902 Bytom

### GODZINY PRZYJĘĆ;

Rejestracja; (32) 286 72 74  
Środa 13.00 - 18.00  
Sobota 10.00 - 15.00

### W czym mogę pomóc?

Pomagam osobom cierpiącym, doświadczającym trudności w radzeniu sobie z emocjami (mającym lęki, przedłużające się okresy smutku, wybuchy złości), przechodzącym życiowe kryzysy, będącym w procesie zmiany lub chcącym dokonać zmiany, mającym problemy zawodowe, trudności w relacjach z partnerem, dzieckiem lub współpracownikami, osobom niezadowolonym z siebie i/lub ze swojego życia, mającym niskie poczucie wartości, osobom, którym brakuje motywacji, a także tym, którzy chcą lepiej zrozumieć siebie, chcą się rozwijać, poszerzać swoją świadomość i poprawiać jakość swojego życia.

### Certyfikaty/ Dyplomy

mgr Psychologii na Uniwersytecie Śląskim  
Studium Pomocy Psychologicznej w ujęciu Gestalt  
Szkoła Treningu Grupowego w ujęciu Gestalt  
Szkoła Coachingu Menedżerskiego