

BODA LETÍCIA – BEMUTATKOZÁS

pszichológus, autogén tréning gyakorlatvezető

Amikor eljött az idő a változásra néha szükségünk van egy segítőre. Szeretettel várom egyéni konzultációmon, hogy együtt megteremthessük azokat a feltételeket, amik segíthetnek elérni céljait.

Mesterdiplomámat 2023-ban az ELTE-n szereztem, ahol klinikai- és egészségpszichológia specializációra jártam. Módszereket tekintve a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesületnél (MRSZE) az autogén tréning módszerét sajátítottam el. Az AT egy relaxációs technika, amely kiválóan alkalmas különböző pszichoszomatikus problémák (pl. alvási nehézségek, migrén, izomfájdalom, hasi diszkomfort stb.), illetve szorongás enyhítésére, így széles körben alkalmazható a legkülönbözőbb problémákra.

A munkám során leggyakrabban olyan kliensekkel találkozom, akik szorongással küzdenek, ezáltal megterhelőnek élik meg a mindennapok kihívásait, akik szeretnék könnyebben venni az akadályokat, szeretnék növelni az önbizalmukat és/vagy tudatosabban kezelni az érzéseiket. A következő területeken segíthetek: önismereti fejlődés, nehézségekkel való megküzdés, önbizalom növelése, stresszkezelés, párkapcsolati nehézségek, életmódváltás elősegítése.

Díjszabás: 15 000 Ft/alkalom. Rendelési idő: személyesen keddenként 15:00 - 19:00. Ha szeretne velem együtt dolgozni, akkor bátran vegye fel a kapcsolatot. Várom bizalommal!

Elérhetőség:	<ul style="list-style-type: none">• e-mail: pszi.leticia@gmail.com
Rendelési idő:	<ul style="list-style-type: none">• Személyesen: Keddenként 15:00 – 19:00• Online: előre egyeztetett időpontban
Ár:	<ul style="list-style-type: none">• Személyes konzultáció: 15000 Ft/ alkalom

Cím: 1163 Budapest, Thököly út 4.

E-mail: info.16@ankamagnolia.com

Tel.: (+36-20) 522-9080

Web: ankamagnolia.com

Cím: 1203 Budapest, Baross utca 33.

E-mail: info.20@ankamagnolia.com

Tel.: (+36-30) 176-6711

Web: ankamagnolia.com