

Меня зовут Юлия Тихонова.

В своей работе использую интегральный подход. Это - синтез различных традиций и подходов в психологии.

Такой целостный взгляд, помогает воспринимать человека как многоуровневую систему и помогает подобрать на различных этапах терапии различные комбинации методов, которые будут дополнять друг друга.

Использую такие направления, как

- ◆ Психоанализ
- ◆ Арт-терапия
- ◆ Гештальт подход
- ◆ Психокатализ
- ◆ Психодиагностика и другие

Работаю с запросами:

Кризисные состояния

Самооценка, самопринятие

Отсутствие энергии, жизненных сил

Зависимости

Страх самореализации в творчестве, в профессиональной деятельности

Страх неудачи

Страх отвержения в отношениях

Синдром «отложенной жизни»

Эмоциональная неустойчивость

Повторяющийся негативный жизненный «сценарий»

Окончила АНО ДПО Международный институт практической психологии в 2021 году.

Системный психолог. Консультант.

Обучаюсь на курсе по Травме развития.

Подходит к концу обучение по Кризисной терапии.

Провела более 165 консультаций за год.