

## **Евгеньева Ольга Андреевна**

- Клинический психолог, кризисный психолог, финансовый терапевт
- Член Ассоциации Когнитивно-Поведенческой Психотерапии (АКПП)
- Сертифицированный фасилитатор групп по методу Shadow Work® (Работа с Тенью)
- Автор и ведущая программы «Свободный денежный поток», направленной на развитие пластичного финансового мышления и освобождение от вредных привычек обращения с деньгами.

Консультации на русском и английском языках.

### **Направления:**

- психологическое консультирование и терапия взрослых (индивидуально, пары),
- групповая психотерапия (взрослые).

### **Цели работы:**

- сохранение, восстановление и укрепление психического здоровья человека,
- психологическая помощь:
  - в решении личностных, семейных проблем,
  - в разрешении жизненных кризисов,
  - в преодолении тревожных и депрессивных состояний, посттравматических переживаний,
  - в изменении деструктивных сценариев отношений.

### **Темы:**

- Экзистенциальные вопросы (возрастные кризисы, поиск своего места в жизни, смысла жизни)
- Трудные эмоциональные состояния (хроническая усталость, стресс, эмоциональное выгорание);
- Внутрличностные проблемы (тревожность, неуверенность в себе, заниженная самооценка, навязчивые мысли, неудовлетворенность жизнью);
- Терапия финансовых отношений (влияние личных и семейных привычек в отношении денег на благополучие и самочувствие взрослого человека, качество жизни);
- Осознание, проживание и выражение вытесненных чувств (злость, стыд, грусть и др.);
- Переосмысление личной и профессиональной идентичности, вопросы самоопределения, профессионального роста и самореализации;
- Трудности в межличностных отношениях, конфликты (партнёрские отношения, детско-родительские отношения, взаимоотношения в семье, на работе);
- Выход из деструктивных сценариев поведения;
- Проблемы психологической адаптации к жизненным изменениям (смена работы, места жительства, семейного статуса).

### **Используемые методы, техники, подходы**

- Когнитивно-поведенческая психотерапия
- Психодинамическая психотерапия;
- Финансовая терапия,

- Системная семейная психотерапия,
- Арт-терапия,
- Кризисная психология,
- Глубинной аналитической психологии К.Г.Юнга,
- Метод десенсибилизации и переработки движением глаз (ДПДГ),
- Метафорические ассоциативные карты.

***\*Финансовая терапия** - комбинированный междисциплинарный подход, объединяющий фундаментальные компетенции психологии и экономики, помогающий людям справиться с финансовыми трудностями. Предлагает инструменты повышения финансовой грамотности в сочетании с психологической работой над комплексом когнитивных, эмоциональных, поведенческих и семейных системных барьеров в целях повышения качества жизни человека.*

*Ассоциация Финансовых Терапевтов (США)*

### **Основное образование**

- Клинический психолог. Государственный Академический Университет Гуманитарных Наук, специализация «Психологическое консультирование и клиническая психология». Магистр психологии, диплом с отличием.
- Психолог-консультант. Высшая Школа Психологии (институт) при ИП РАН, специализация «Психология и психологическое консультирование». Диплом с отличием.
- Финансовый Университет при Правительстве Российской Федерации, факультет «Финансы и Кредит», специализация «Финансовый менеджмент». Диплом с отличием (7810 ак. ч.)
- Российский Государственный Гуманитарный Университет, факультет Теоретической и Прикладной Лингвистики (9022 ак. ч.)

### **Дополнительное образование, повышение квалификации**

- Когнитивно-Поведенческая Психотерапия, практико-теоретический курс, Высшая Школа Психологии (институт) при ИП РАН
- Кризисная психология, повышение квалификации (100 ак.ч.), Высшая Школа Психологии (институт) при ИП РАН
- «Когнитивно-поведенческие техники в работе с паническими атаками», практический мастер-класс (8 ак. ч.), Высшая Школа Психологии (институт) при ИП РАН
- Международная сертификация Shadow Work® (Работа с Тенью), квалификация «Фасилитатор групп». Обучение у John and Nicola Kurk (Великобритания), Clifford Barry, Vicky Woodard (США) (3 года)
- Курс практической юнгианской психологии «Встречи с тайнами Бессознательного и расшифровка посланий», МЦРЛ (1 год)

### **Участие в конференциях**

- Участник III Международной практической конференции «Психология: вызовы современности. Психология личности, бизнеса и зависимости». (70 ак.ч.)

- Спикер на 3-ем Международном междисциплинарном конгрессе «Экология мозга», (Ассоциация Междисциплинарной Медицины), ведущая семинара-презентации «Psycho Ecology» («Экология психики»).