

Меня зовут Юлия Тихонова, я системный психолог.

Образование: высшее. Международный институт практической психологии, АНО ДПО «Высшая школа психологии». Кризисная психология. Травматерапия.

Работаю в интегративном подходе: психоанализ, гештальт подход, эмоционально-образная. Арт терапия.

Работаю с запросами:

Кризисные состояния

Самооценка, самопринятие

Отсутствие энергии, жизненных сил

Зависимости

Страх самореализации в творчестве, в профессиональной деятельности

Страх неудачи

Проблемы в отношениях

Синдром «отложенной жизни»

Эмоциональная неустойчивость

Повторяющийся негативный жизненный «сценарий»

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 онлайн и лично. Лично веду приём, метро Достоевская.

Провела более 300 консультаций.