

## Czym jest kierunek Psychobiologia Zdrowia?

Chroniczny stres i przewlekłość chorób stały się symbolami naszych czasów. Zauważalny jest wpływ emocji na biologię człowieka i efekt tego wpływu, manifestujący się somatycznie w ciele. Spotkanie dwóch nauk: psychologii i biologii integruje sposób myślenia o wzajemnych oddziaływaniach procesów psychicznych i biologicznych.

Większość dolegliwości fizycznych odzwierciedla mentalny i emocjonalny poziom problemu, który najczęściej pozostaje nie w pełni uświadomiony. Stan zdrowia ukazuje też transgeneracyjny przepływ z pokolenia na pokolenie obciążających, a przez to dziedzicznych procesów emocjonalnych.

Psychobiologia Zdrowia jest specjalistycznym obszarem, który zajmuje się psychologicznym spojrzeniem na biologię doświadczanych emocji, które zapisują się objawem w ciele. Zachęca do nowego spojrzenia na wpływ stresu i emocji na zdrowie człowieka oraz logikę relacji psychiczno - biologiczno - somatycznej.

Ponieważ układ nerwowy człowieka ulega dezorientacji wskutek przeżytego doświadczenia i często nie jest w stanie sam powrócić do równowagi, nowy kierunek proponuje także obszerny moduł programów naprawczych opartych na pracy z emocjami i terapii psychosomatycznej.

Autorką programu psychobiologii zdrowia i prekursorką kierunku Psychobiologia Zdrowia dostępnego po raz pierwszy słuchaczom na uczelni w formie studiów podyplomowych jest specjalista psychosomatyki Violetta Karys

Studia zapewniają niezbędną wiedzę oraz praktyczne umiejętności do pracy w obszarze psychobiologii zdrowia i terapii psychosomatycznej. Odpowiadają na zapotrzebowanie zapewniając przygotowanie specjalistów z zakresu zdrowia psychosomatycznego. Zajęcia będą dotyczyły zagadnień z obszarów takich, jak:

- Psychologia stresu i zdrowia
- Psychologia rozwojowa i prenatalna
- Psychologiczne aspekty zdrowia i choroby
- Biologiczne podstawy w psychologii
- Psychobiologia i neurobiologia emocji
- Podstawy anatomii i fizjologii człowieka
- Psychosomatyka i terapia psychosomatyczna

- Diagnoza i konsultacja psychobiologiczna
- Terapia systemowa i genogram w psychogenealogii
- Psychoanaliza i psychoterapia psychodynamiczna
- Psychoterapia humanistyczna i fenomenologia
- Uwaga i empatia oraz świadomość w terapii dzieci i dorosłych
- Świadomość zdrowia w życiu człowieka

## Do kogo są skierowane studia? Profil kandydata

Zapraszamy wszystkie osoby z wyższym wykształceniem zainteresowane tematyką zdrowia i rozwojem osobistym, obecne i przyszłe mamy, chcące poszerzyć wiedzę na temat zdrowia swoich dzieci, oraz osoby zainteresowane tym jak stres biologiczny i emocje wpływają na choroby, zaburzenia zdrowotne i niechciane zachowania.

Studia skierowane są do pedagogów, psychologów, psychoterapeutów, pielęgniarek, położnych, lekarzy, osteopatów i fizjoterapeutów, osób pracujących z dziećmi, zajmujących się doradztwem psychologicznym, coachingiem zdrowia, terapią oraz psychoedukacją.

Studia adresowane są także do absolwentów studiów wyższych w obszarze nauk społecznych, humanistycznych, medycznych i biologicznych, pragnących doskonalić umiejętności, poszerzyć zakres kompetencji lub uzupełnić wykształcenie o nową specjalizację a także osób pracujących w obszarze profilaktyki, ochrony i promocji zdrowia.

## Atuty studiowania

### **Nowatorski kierunek w koncepcji zdrowia.**

Psychobiologiczna koncepcja zdrowia i choroby przełamuje stereotypowe myślenie, poprzez to, że oferuje klucz do zrozumienia sensu stanu zdrowia z punktu widzenia psychologii i biologii oraz narzędzia do zmiany i poprawy zdrowia. Integruje wiedzę z obszaru zdrowia psychicznego i wpływu psychiki na stan zdrowia somatycznego.

### **Zajęcia prowadzone przez specjalistów.**

Zajęcia prowadzone są przez specjalistów pracujących w obszarze zdrowia, którzy dzielą się ze studentami praktyczną wiedzą z zakresu psychologii, psychosomatyki, psychobiologii, oraz doświadczeniem w terapii systemowej i psychosomatycznej pracy z ciałem.

Studia mają być wsparciem dla terapeutów, którzy chcą wzbogacić swoje kompetencje terapeutyczne o nowatorskie metody pracy. Prezentowany program

oraz zróżnicowana forma zajęć: wykłady i warsztaty praktyczne, oferują możliwość rozwijania praktycznych umiejętności w oparciu o specjalistyczne techniki i metody.

Jeśli chcesz, aby studia odmieniły twoje życie osobiste i zawodowe, to ten kierunek jest dla Ciebie. Zaczynaj fascynującą przygodę ze świadomością siebie i stanu swojego zdrowia.

## Co zyskasz po ukończeniu tego kierunku?

Nowatorska metoda wykładów oraz interdyscyplinarny program, pozwalają studentom weryfikować zdobytą wiedzę na poziomie praktycznym, łącząc teorię z praktyką, co daje możliwość zdobywania doświadczenia od pierwszych dni nauki.

Kierunek daje szansę na rozwój i podniesienie kompetencji zawodowych oraz wykorzystania ich w pracy własnej lub obszarze pracy z pacjentem. Wiedza i umiejętności nabyte w trakcie studiów będą pomocne zarówno w prowadzeniu praktyki prywatnej, jak i pracy w placówkach opieki zdrowotnej.

Po ukończeniu 2 semestrów studiów słuchacze otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych na kierunku Psychobiologia Zdrowia zgodnie z Ustawą.

## Jaki jest cel i praktyczny charakter studiów?

Celem studiów jest zapewnienie słuchaczom dostępu do najnowszej wiedzy na temat relacji między psychiką a ciałem oraz nauka bio-logicznego myślenia i przygotowanie studentów do samodzielnej pracy metodą psychobiologiczną.

Intencją jest także poszerzenie świadomości oraz inspiracja do pracy własnej oraz pracy z innymi. Uświadomienie wpływu myślenia i emocji na stan zdrowia, poznanie własnych schematów, praca z ograniczającymi przekonaniem i skryptami oraz wprowadzenie korzystnej zmiany, wpisują się w założenia psychoedukacji zdrowia.

Atutem studiów jest także kształcenie praktyczne, zajęcia prowadzone są w formie wykładów i warsztatów, wzbogacane metodami interaktywnymi. Słuchacze otrzymują materiały dydaktyczne, kwestionariusze oraz materiały do pracy własnej oraz do pracy terapeutycznej.

## Program studiów na kierunku Psychobiologia Zdrowia

### Organizacja nauki

- Studia podyplomowe trwające dwa semestry (180 godzin dydaktycznych – 30 punktów ECTS), realizowane będą w trakcie 10 zjazdów sobotnio-

niedzielnym. Zjazdy będą odbywać się średnio, co 2-3 tygodnie w formie interaktywnych wykładów i warsztatów w siedzibie uczelni.

- W wybranych sytuacjach kandydaci mogą zostać poproszeni na rozmowę kwalifikacyjną przed rozpoczęciem zajęć.
- Z ważnych przyczyn Dział Studiów Podyplomowych może dokonać zmian w programie, kadrze studiów oraz zmianie terminów zjazdów

### **Warunki zaliczenia**

Podstawą zaliczenia studiów jest:

- Obecność na zajęciach (minimum na 80% godzin dydaktycznych).
- Aktywne uczestnictwo podczas zajęć.
- Wykonywanie prac cząstkowych według wskazań prowadzących.
- Pozytywne zaliczenie dwóch pisemnych semestralnych testów ze zdobytej wiedzy.
- Pisemna praca o tematyce kierunku w formie Studium Przypadku.

### **Dokument ukończenia studiów**

- Absolwenci i absolwentki otrzymują, przewidziane ustawą, świadectwo ukończenia studiów podyplomowych WSZ Edukacja.

### **Program studiów**

Program studiów obejmuje 180 godzin dydaktycznych w formie interaktywnych wykładów oraz warsztatów i został podzielony na **moduły tematyczne**.

Kierownikiem merytorycznym programu i opiekunem naukowym kierunku studiów jest mgr Violetta Karys.

### **MODUŁ I – Psychologia i Zdrowie**

- Podstawy psychologii stresu i zdrowia
- Podstawy psychologii rozwojowej i prenatalnej
- Rola czynników psychologicznych w chorobach wieku dziecięcego
- Zaburzenia psychosomatyczne w teorii psychoanalitycznej oraz psychodynamicznej
- Wybrane zagadnienia z medycyny psychosomatycznej
- Podstawy anatomii i fizjologii człowieka
- Zdrowie fizyczne i odżywianie kobiety i jej dziecka w okresie ciąży
- Promocja zachowań prozdrowotnych i świadomość zdrowia

### **MODUŁ II – Biologia emocji i Psychosomatyka**

- Psychologiczne i emocjonalne aspekty zdrowia i choroby w psychobiologii
- Biologiczne podstawy w psychologii
- Podstawy praw biologicznych w programach psychobiologii
- Emocjonalne i biologiczne znaczenie zaburzeń zdrowotnych i zachowań oraz konflikty biologiczne narządów i układów ciała człowieka
- Psychobiologia przekonań i neurobiologia emocji
- Człowiek jako system regulacji psychobiosomatycznej
- Diagnoza i konsultacja psychobiologiczna
- Świadomość zdrowia emocjonalnego w życiu człowieka
- Podstawy terapii systemowej
- Funkcjonowanie rodziny w ujęciu systemowym
- Psychogenealogia, transgeneracja i genogram relacji rodzinnych
- Praca z emocjami i ograniczającymi przekonaniami w terapii systemowej
- Świadomość zdrowia w życiu człowieka

### **MODUŁ III – Wybrane techniki terapeutyczne**

- Mindfulness i prywatna ścieżka w coachingu zdrowia
- Techniki w terapii psychobiologicznej osoby dorosłej i dziecka
- Modele zmiany zachowań zdrowotnych w programach psychobiologii
- Warsztat umiejętności terapeutyczno-rozwojowych dla rodziców
- Trening radzenia sobie z trudnymi emocjami i umiejętności prospołeczne
- Uważność i empatia w terapii dzieci i dorosłych w model strukturalnym zaburzeń osobowości
- Metody uwalniania emocji i programy naprawcze zdrowia i finansów w psychobiologii
- Podstawy psychoterapii humanistycznej, doświadczeniowej i fenomenologii, jako wstęp do terapii psychosomatycznej
- Doświadczenie psychiczne i doświadczenie somatyczne
- Poznawanie procesu psychosomatycznego na przykładzie Focusingu Relacji Wewnętrznych w pracy z *felt sense*
- *Felt sense* w innych psychoterapiach somatycznych
- Warsztaty własnej pracy z *felt sense*

## **Wykładowcy**

**mgr Violetta Karys** - z wykształcenia psycholog o specjalności psychologia kliniczna oraz specjalista psychosomatyki i somatopsychologii. Ukończyła specjalistyczne Studia Podyplomowe na kierunku Psychosomatyka i Somatopsychologia w Uniwersytecie SWPS w Poznaniu. Absolwentka Studiów Podyplomowych Psychodietetyka w Uniwersytecie SWPS we Wrocławiu i specjalista psychodietetyki.

Jest autorką badań na temat wpływu diet odchudzających, braku uważności i przeżywanych emocji na nadwagę i zaburzenia odżywiania. Terapeuta zaburzeń odżywiania w ujęciu terapii systemowej. Ukończyła specjalistyczne studia w International Recall Healing Institute ® w Vancouver pod kierunkiem dr Gilberta Renaud, zakończone egzaminem zawodowym i otrzymała tytuł certyfikowany facylitator Recall Healing® uprawniający do terapii metodą psychobiologiczną. Doktorantka Interdyscyplinarnych Studiów Doktoranckich w Uniwersytecie Humanistycznospołecznym SWPS. Prowadzi badania na temat wpływu stresu i emocji na biologię organizmu i zaburzenia psychosomatyczne. Ukończyła EEG - Biofeedback I stopnia w BioMed Centrum Rehabilitacji Poznańczej i Neuroterapii we Wrocławiu oraz SomatoEmotional Release w Health Academy Toronto, a także warsztat - Somatic Experiencing® (SE - Intro) Trauma Institute® w Instytucie Terapii Psychosomatycznej. Jest pasjonatką psychobiologii i międzypokoleniowej emocjonalnej lojalności w rodzinie. Ważnym obszarem w pracy naukowej i zawodowej jest tematyka wpływu ciąży na życie i rozwój dziecka oraz traumy okresu prenatalnego. Terapeuta systemowy, korzysta z metody systemowej w terapii, opartej na rozumieniu transgeneracji w funkcjonowaniu rodziny. Łączy akademicką wiedzę z podejściem integracyjnym, uwzględniającym wzajemny wpływ i zależności między psychiką, biologią i somatyką człowieka. Założycielka Akademii Psychobiologii Somatyki we Wrocławiu, prowadzi warsztaty i szkolenia. Przyjmuje w Gabinetnie Neuropsychoterapii w prywatnej przychodni lekarskiej we Wrocławiu. Brała udział w licznych szkoleniach, warsztatach konferencjach naukowych i prozdrowotnych (m.in. Neuropsychiatria i Neuropsychologia). Posiada spójne kompetencje, poparte wiedzą i przygotowaniem dydaktycznym oraz wieloletnim doświadczeniem w pracy terapeutycznej. Autorka programu Psychobiologia Zdrowia.

**dr Grzegorz Hetman** – z wykształcenia doktor nauk humanistycznych w zakresie antropologii (Instytut Filozofii Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Śląskiego), magister filozofii (KUL), uczestnik seminarium z psychiatrii pod kierunkiem prof. dr hab. Marka Masiaka na Akademii Medycznej w Lublinie. Ukończył seminarium doktoranckie z antropologii na Wydziale Archeologii UW w Warszawie – kierownik – prof. dr. hab. Andrzej Wierciński. Studiował także teologię na Papieskim Wydziale Teologicznym w Warszawie oraz ukończył Studia w Jesziwa Pardes - Akademia Judaizmu pod kierunkiem rabina Sacha Pecarica. Brał udział w wykładach i treningach w zakresie higieny psychicznej i psychoterapii Studencka Szkoła Higieny Psychicznej w Warszawie pod kierunkiem prof. dr hab. Tadeusza Kobierzyckiego, a także w wykładach i treningach z zakresu medycyny chińskiej pod kierunkiem prof. Zbigniewa Garnuszewskiego, prof. Zdzisława Drobnera. Ukończył szkolenia i treningi w zakresie komunikacji i hipnozy dynamicznej – Włoski Instytut Psychologii Komunikacji i Hipnozy Dynamicznej, kierownik naukowy prof. Stefano Benemelli. Ukończyła specjalistyczne studia w International Recall Healing Institute ® w Vancouver pod kierunkiem dr Gilberta Renaud, zakończone egzaminem zawodowym i otrzymał tytuł certyfikowany facylitator Recall Healing® uprawniający do terapii

metodą psychobiologiczną. Praca dydaktyczna na Wydziale Nauk Społecznych w Wyższej Szkole im. Bogdana Jańskiego w Warszawie oraz z filozofii i antropologii na Wydziale Nauk Społecznych w Wyższej Szkole Pedagogiki TWP w Warszawie. Jest autorem wielu publikacji i artykułów naukowych z zakresu psychofizjologii prof. Jana Mazurkiewicza, teorii dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego; psychologii i psychofizjologii uczuć i innych. Jest autorem pozycji: Uczucia i wartości wg Jana Mazurkiewicza, Lublin 1995 (zalecana, jako lektura dla studentów psychologii KUL i UMCS oraz psychiatrii Uniwersytetu Medycznego w Lublinie), Ewolucja Uzależnienia na podstawie psychofizjologicznej teorii Jana Mazurkiewicza, Lublin 1996. Rozprawa habilitacyjna przygotowywana do druku. Przyjmuje w Prywatnym Gabinetie Psychoterapeutycznym w Lublinie – SOFOS, łączy wiedzę z obszaru zdrowia psychicznego i jego wpływu na stan zdrowia somatycznego w praktyce psychoterapeutycznej, stosując integracyjne metody wspierania zdrowia pacjenta.

**mgr Anna Kramek** - z wykształcenia pedagog i psychoterapeuta. Absolwentka Pedagogiki Opiekuńczo-Wychowawczej na Uniwersytecie Szczecińskim. W trakcie studiów ukończyła Studium Socjoterapii i Treningu Interpersonalnego w Krakowskim Centrum Psychodynamicznym. Zdobyła dyplomy z zakresu: Socjoterapii i Psychoprophylaktyki w Placówkach Oświatowych oraz Psychoedukacji i Pomocy Psychologicznej w Placówkach Oświatowych w CENTRUM IB w Krakowie. Ukończyła Szkołę Psychoterapii Psychodynamicznej w Krakowskim Centrum Psychodynamicznym. W tym samym czasie zdobyła tytuł Trenera Treningu Zastępowania Agresji w International Center for Aggression Replacement Training. Ukończyła studia podyplomowe w Gdańskiej Wyższej Szkole Humanistycznej zdobywając tytuł Specjalisty Terapii Uzależnień. Pracowała w Poradni Rodzinnej i Uzależnień, a także na Oddziale Dziennym Leczenia Osób Uzależnionych z Podwójną Diagnozą, jako terapeuta i wychowawca. Od 2006 roku prowadzi własny Gabinet Psychoterapeutyczny, pracuje pod stałą superwizją. W czasie praktyki zawodowej prowadziła wielokrotnie szkolenia i warsztaty dla rodziców, pedagogów z zakresu umiejętności prospołecznych, rozwijania umiejętności wychowawczych. W 2010 r. współprowadziła cykl warsztatów z zakresu psychologii rozwojowej i umiejętności prospołecznych dla rodzin zastępczych i pracowników rodzinnych domów dziecka w Środzie Śląskiej. Przez kolejne dwa lata prowadziła cykl warsztatów z zakresu radzenia sobie ze złością (ART.-TZA) i umiejętności prospołecznych dla studentów Uniwersytecie Wrocławskiego. W marcu 2016r stworzyła Wrocławską Akademię Rodzica by realizować swoją pasję, którą jest wspieranie rodziców w nabywaniu i rozwijaniu umiejętności wychowawczych. Jednym z najważniejszych tematów poruszanych na warsztatach jest zapoznanie rodziców z psychologią rozwojową (zarówno tą akademicką jak i psychoanalityczną), co pozwala jak najefektywniej wspierać dziecko w rozwoju. Kluczowe jest zrozumienie, że każdy z nas podlega tym samym procesom rozwojowym, a to co dzieje się z dzieckiem/ człowiekiem na poszczególnych etapach rozwoju kształtuje naszą osobowość.

**dr Alicja Dobiech** – w wykształcenia dr nauk medycznych, lekarz - rezydent w trakcie specjalizacji z położnictwa i ginekologii. Ukończyła Gdański Uniwersytet Medyczny na Kierunku Lekarskim. Pracuje na stanowisku młodszego asystenta w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym we Wrocławiu oraz poradni ginekologicznej. Jest specjalizantką w Oddziale Położniczo-Ginekologicznym Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego we Wrocławiu. Stale doskonali swoją wiedzę na kursach zawodowych z zakresu ginekologii i położnictwa (min. Diagnostyka USG w położnictwie i ginekologii dla początkujących oraz dla zaawansowanych - Mazurskiej Szkoły USG; Ginekologia- standardy postępowania i najnowsze doniesienia, certyfikat Advanced Life Support Provider ERC-European Resuscitation Council). Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników. Odbyla staż z zakresu ginekologii oraz ginekologii operacyjnej w Rambam Medical Center w Haifie w Izraelu. Doświadczenie zawodowe zdobywała pracując min., jako lekarz pierwszego kontaktu, pediatra, a także w pogotowiu ratunkowym. Uczestniczka Akademii Psychobiologii Somatyki Violetty Karys. Jest zainteresowana zdrowiem człowieka, swoim, swoich dzieci i pacjentek, prywatnie mama Ady i Jana. Zawód lekarza od zawsze kojarzyła z nieustannym rozwojem własnych umiejętności. Swoje doświadczenie zawodowe budowała dotychczas na wielu polach medycyny, jednak to ginekologia jest najważniejsza.

**dr Barbara Tyboń** - z wykształcenia dr nauk humanistycznych. Ukończyła studia magisterskie i obroniła doktorat w Uniwersytecie Warszawskim (filozofia, specjalizacja etyka). Studia podyplomowe w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej. Ukończyła całonocne szkolenie terapeutyczne zgodne z wymogami European Association for Psychotherapy, atestowane przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne zdobywając certyfikat psychoterapeuty, a także Studium Psychoterapii Psychoanalitycznej. Ponadto szkolenie z zakresu Zen Coachingu (uzyskując licencję coacha). Jest certyfikowaną psychoterapeutką i licencjonowanym coachem, ukończyła szkolenie z zakresu Psychologii Kontemplatywnej (uzyskując licencję trenera uważności i empatii). Doświadczenia zawodowe w obszarze psychoterapii: Oddział Nerwic Szpitala Specjalistycznego MSWiA, Stowarzyszenie OPTA, Klinika Psychiatrii Dzieci i Młodzieży Instytut Psychiatrii i Neurologii, Ośrodek Psychoterapii i Psychoedukacji Drabina, Akademickie Centrum Psychoterapii SWPS, Centrum Terapii Dialog, poradnie zdrowia psychicznego dla dorosłych i młodzieży. Prowadziła zajęcia dydaktyczne oraz szkolenia na Uniwersytecie Warszawskim, w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej, Wyższej Szkole Przedsiębiorczości i Nauk Społecznych oraz w Collegium Civitas. Certyfikowana psychoterapeutka z 15-letnim doświadczeniem w pracy z dorosłymi, młodzieżą i parami. Prowadzi psychoterapię indywidualną oraz terapię par, sesje genogramowe, prowadzi life coaching i coaching związków, a także grupy terapeutyczno-rozwojowe. Obszary zainteresowań w pracy terapeutycznej to kryzysy, zmiany, straty, rozwój osobisty, kobiecość, płodność, twórczość, relacje, tożsamość, zdrowie i choroba, duchowość, ciało i jego świadomość.

**mgr Agnieszka Klimek** – psychoterapeutka, absolwentka lingwistyki stosowanej Uniwersytetu Warszawskiego. Trenerka i praktyk Focusingu Relacji Wewnętrznych. Certyfikowana terapeutka Somatic Experiencing® - terapii Petera Levine'a skierowanej na rozładowywanie traumy z układu nerwowego w oparciu o model *felt sense* zaczerpnięty z Focusingu. Psychoterapeutka w szkoleniu w nurcie Psychologii Procesu od 2012 r. Miłośniczka psychoanalitycznego podejścia do zdrowia i rozwoju człowieka C.G. Junga. Od 15 lat poznaje metody pracy w różnych formach psychoterapii doświadczeniowej i somatycznej. Od 5 lat zajmuje się Focusingiem Relacji Wewnętrznych. Jest pierwszą w Polsce trenerką tego podejścia. Focusing Relacji Wewnętrznych to jeden z największych darów w jej życiu. To łagodna praktyka docierania do głębokiego połączenia ze sobą, pomost pomiędzy czuciem przepływu życia w sobie a poczuciem sensu i znaczenia poprzez nierozdzielanie umysłu od ciała i ciała od umysłu. Ukończyła 2 letni kurs nauczycielski pracy z *felt sense* i szereg szkoleń zaawansowanych z tej dziedziny: *Treasure Maps to the Soul*, *Navigating the Edge*, *Releasing the Blocks to Actions*, *Philosophy, Focusing and Dreams*, *Focusing Demonstrations with people new to Focusing*. Brała udział w warsztatach specjalistycznych Somatic Experiencing z Peterem Levinem poświęconym czuciu wewnętrznemu (interocepcji). Przetłumaczyła na język polski dwie książki o Focusingu: *Focusing. Mądrość ciała. Podręcznik po emocjonalnym uzdrawianiu siebie* (2015) oraz *Podręcznik Focusingu* (w przygotowaniu). Jest członkinią The International Focusing Institute w USA. Posiada uprawnienia do udzielania indywidualnych sesji Focusingu i prowadzenia szkoleń grupowych z Focusingu Relacji Wewnętrznych. Włączała elementy Focusingu Relacji Wewnętrznych do treningów kreatywności „Odwaga tworzenia” wg „Drogi artysty” Julii Cameron. Uczyła Focusingu w ramach 12 tygodniowego projektu „Odzyskiwanie ciała” poświęconego terapii kobiet, które doświadczyły przemocy w rodzinie. Interesuje się integralnym podejściem do psychoterapii i coachingu. Jest certyfikowanym coachem w podejściu Zen Coaching.