

Adres Fryderyka Chopina 19/3
Lublin
lubelskie

Telefon kontaktowy 693515157

Telefon komórkowy Nie podano

FAX Nie podano

Email paulina.szabelska@op.pl

Opisy Gabinet Psychoterapii Pauliny Szabelskiej to miejsce, gdzie profesjonalna pomoc psychologiczna łączy się z integracyjnym podejściem terapeutycznym, oferując wsparcie dla dorosłych z różnorodnymi problemami emocjonalnymi i psychologicznymi. Paulina Szabelska, korzystając z psychodynamicznego i strategicznego podejścia, bada głębokie źródła trudności pacjentów, równocześnie wprowadzając efektywne zmiany, które znacząco wpływają na codzienne życie. Dzięki zastosowaniu hipnozy, którą wprowadziła po ukończeniu kursu z zakresu hipnoterapii i NLP w 2023 roku, terapia zyskuje na głębokości i efektywności. Specjalizując się w psychoterapii indywidualnej, Paulina Szabelska oferuje pomoc w zakresie zaburzeń depresyjnych, lękowych, osobowościowych oraz problemów związanych z odżywianiem. Jej wsparcie obejmuje również terapię par, koncentrując się na rozwiązywaniu problemów relacyjnych, takich jak trudności w komunikacji, zdrady czy kryzysy w związkach. W zakresie pomocy psychologicznej, Paulina pomaga radzić sobie z wyzwaniami życiowymi, takimi jak niska samoocena, trudności rodzinne i zawodowe, oraz toksyczne relacje. Jej celem jest także wspieranie pacjentów w samopoznaniu i odkrywaniu pełnego potencjału życiowego. Dzięki ponad 20-letniemu doświadczeniu w pracy klinicznej, w tym w Poradni Zdrowia Psychicznego oraz Poradni Psychiatrycznej przy SPSK 1, Paulina Szabelska gwarantuje przestrzeganie wysokich standardów etycznych, zgodnych z Kodeksem Etycznym Psychologa i Psychoterapeuty, oraz regularnie poddaje swoją pracę superwizji. Każda terapia rozpoczyna się konsultacją, której celem jest opracowanie spersonalizowanego planu pomocy.