

Dottorssa Justyna Poniatowska

Psicologa e Psicoterapeuta ad orientamento analitico transazionale.

Mi occupo di terapia individuale, di gruppo e di coppia.

Fornisco consulenze, sostegno psicologico e psicoeducazione.

Nello specifico il mio intervento è rivolto a tutte le persone che vogliono acquisire una maggiore consapevolezza del proprio modo di essere al fine di una **crescita personale e miglioramento della qualità di vita.**

Il trattamento riabilitativo di **psicoterapia** è consigliato a chi percepisce **un disagio individuale, familiare o sociale** legato a:

- Difficoltà nelle relazioni interpersonali
- Disturbi d'ansia generalizzata- attacchi di panico- fobie
- Difficoltà nella gestione degli stati emotivi e di stress
- Disturbi dell'umore – disturbi depressivi
- Disturbi dell' adattamento
- Traumi (in modo particolare vittime di violenza)
- Disturbi di personalità