PSIHOTERAPIJA ZA OSVJEŠTAVANJE *vlastitih snaga*

Aleksandra Drezga, univ. dipl. soc. ped., psihoterapeut

ULOGA PSIHOTERAPEUTA NIJE U TOME DA S POZICIJE MOĆI I AUTORITETA GOVORI KLIJENTIMA ŠTO BI TREBALI NAPRAVITI, NEGO DA POTIČE NJIHOVE SPOSOBNOSTI DA SAMI PRONALAZE RJEŠENJA, ISTIČE **RIJEČKA PSIHOTERAPEUTKINJA I SOCIJALNA PEDAGOGINJA ALEKSANDRA DREZGA** KOJA JE SPECIJALIZIRALA KIBERNETIKU I SISTEMSKU PSIHOTERAPIJU. UPOZNAJTE NJEZIN NAČIN RADA I PRISTUPA KLIJENTIMA

Psihoterapija često započinje tako da se ustanovi određeni „poremećaj“ odnosno dijagnoza, te se prema tome provodi **psihoterapijski tretman.** No, dugogodišnje iskustvo poučilo me da ne postoji određena kategorija u koju bih uklopila pojedinu osobu, niti postoji univerzalan pristup za kategorije nazvane „poremećajima“. **Svatko je poseban i jedinstven, s vlastitim vrijednostima, snagama i mogućnostima.** Stoga svoj rad ne temeljim na dijagnozama, nego ponajprije na prepoznavanju i uvažavanju jedinstvenosti svake osobe. Uloga psihoterapeuta nije u tome da s pozicije moći i autoriteta govori klijentima što bi trebali napraviti, nego da potiče njihove sposobnosti da sami pronalaze rješenja, ističe **riječka psihoterapeutkinja i socijalna pedagoginja Aleksandra Drezg**a koja je specijalizirala kibernetiku i sistemsku psihoterapiju. **Riječ je o cjelovitom pristupu koji polazi od toga da je sama osoba najveći i jedini ekspert za svoj život,** pa psihoterapeut nastoji „gledati kroz oči“ i „govoriti jezikom“ te osobe kako je problem nastao i kako ga razriješiti.

S klijentom sam cijelo vrijeme u dijalogu kroz koji oboje dobivamo nove uvide, učeći jedno od drugoga. **Moja je zadaća da kroz taj dijalog potaknem osobu da osvijesti koje mogućnosti ima,** spozna što je dobro za nju i odluči što će učiniti. **U dogovoru s osobom, u psihoterapiju po potrebi uključujemo sisteme koji u njezinu životu imaju značajnu ulogu: primjerice, obitelj, školu, partnera...** Također po potrebi možemo provoditi hipnoterapiju. Kroz dijalog u transu, odnosno hipnozu tijekom koje osoba ima potpunu kontrolu, aktiviraju se njezine nesvjesne snage i sposobnosti, objašnjava psihoterapeutkinja iza koje je više od 15 godina kliničkog iskustva u radu s djecom, mladima, odraslima, parovima i obiteljima.

Među ostalim, Aleksandra Drezga bavi se djecom i mladima s emocionalnim poteškoćama, kao i teškoćama u učenju i socijalizaciji, te s blažim poremećajima iz autističnog spektra i blažim intelektualnim teškoćama. U radu s odraslima bavi se raznim psihičkim smetnjama kao i teškoćama u odnosima, a ima i višegodišnje iskustvo u radu sa žrtvama obiteljskog nasilja te osobama oboljelim od karcinoma dojke i drugih malignih bolesti.

Osim psihoterapije uživo u novootvorenoj ordinaciji Privatna psihoterapijska praksa AD u Rijeci, Aleksandra Drezga po potrebi provodi psihoterapiju i u kućnim posjetama, kao i online psihoterapiju putem video poziva.

SENSA PROMO

Više o radu Aleksandre Drezge saznajte na asdrezga.com