

## Polak w Northampton

Anna Białous - Centrum Rozwoju Osobistego

---

 Anna Białous  Psycholog, psychoterapeuta, trener umiejętności osobistych  Absolwentka psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego. Jest profesjonalnym członkiem British Psychological Society, The British Association for Counselling and Psychotherapy oraz Polskiej Federacji Psychoterapii. Posiada certyfikat Certificate of Proficiency – profesjonalną rekomendację BACP jednej z najważniejszych organizacji zrzeszającej terapeutów w Wielkiej Brytanii. Od 13 lat realizuje projekty szkoleniowe, warsztaty i treningi z zakresu umiejętności osobistych. Od 9 lat prowadzi psychoterapię oraz doradztwo psychologiczne, a od 4 lat gabinet pomocy psychologicznej w Northampton w Anglii. Założycielka Centrum Rozwoju Osobistego w Northampton.

Podczas warsztatów i sesji indywidualnych pomaga każdemu osobom lepiej radzić sobie z emocjami, zwiększa odporność na stres, zwiększa motywację do działania, dokonywać ważnych zmian w życiu oraz lepiej radzić sobie z trudnymi sytuacjami, aby mogły one pełniej rozwijać się radośnie i nawigować satysfakcjonujące relacje z innymi ludźmi.

Prowadzi psychoterapię oraz szkolenia w języku polskim i angielskim.

<a href="http://www.pspt.eu">www.pspt.eu</a>
<strong>Przeczytaj artykuły Anny Białous:</strong>
<a href="#">- Jak radzić sobie z samotnością na emigracji?</a>
<a href="#">- DDA - Dorosłe dzieci alkoholików</a>
<a href="#">- Możemy pokonać depresję</a>
<a href="#">- Źródło niejedno ma imię</a>
<a href="#">- Co możesz zrobić aby poprawić swój związek?</a>
<a href="#">- STOP przemocy domowej!</a>
<a href="http://www.polakwnorthampton.pl/index.php?option=com_content&amp;task=view&amp;id=812&amp;Itemid=1">Spokojnie o stresie, czyli jak odzyskać wewnętrzny spokój</a>

Centrum Rozwoju Osobistego oferuje:

- doradztwo indywidualne,
- psychoterapię
- warsztaty umiejętności osobistych
- szkolenia dla firm.

Skontaktuj się z nami jeśli chcesz:

- Lepiej radzić sobie z uczuciami
- Zwiększyć odporność na stres
- Mieć bardziej udany związek
- Poprawić relacje z innymi ludźmi
- Zwiększyć motywację do działania
- Określić swoje cele osobiste i zawodowe
- Uzyskać wsparcie w związku z trudną sytuacją życiową
- Dokonać ważnej zmiany w swoim życiu
- Zwiększyć własną skuteczność

**Kontakt:**  
anna@pspt.eu  
07598583252

 