

Кратко представяне:

Красимира Николова- доктор по психология, психотерапевт, практикуващ фокусиран към решения подход, треньор по емоционална интелигентност, сертифициран треньор по личностна и професионална ефективност към Gordon Training International по модела на д-р Томас Гордън, с над 20-годишен академичен и практически опит, както в консултирането и психотерапията, така и във воденето на обучения. Като учител съм имала възможност да работя с IBM, HPE, Sutherland, Allianz, Lead Consult, AES Corp. Bulgaria, SEGA, Festo, Akkodis, SAP Lab Bulgaria, Ipsos и др.

Пълноправен член на Дружество на психолозите в България, Българската Асоциация по Хипноза, Британското психологическо общество (British Psychological Society) и Международната асоциация на професионалистите по хранителни разстройства.

Допълнителна информация:

Повече от 20 години подкрепям индивиди и екипи в процеса на осъзнаване на вътрешните ресурси, не само с цел справяне с ежедневни предизвикателства, но и в посока намиране на баланс и хармония.

В психотерапевтичната си практиката си работя с деца и възрастни, които имат трудности в една или повече сфери от живота си:

- Състояния на тревожност;
- Паник атаки
- Натрапливи мисли
- Семейство и лични взаимоотношения (вкл.

Консултиране на родители по повод на предизвикателства във взаимоотношенията им с децата)

- Психосоматика
- Фобии
- Депресивни състояния
- Справяне със стрес и бърнаут
- Ниска самооценка
- Проблеми в общуването

В работата си използвам фокусирана към решения кратка терапия, която комбинирам с терапевтични методи и инструменти от други направления, осигурявайки по този начин индивидуален подход към всеки клиент. В психотерапевтичната си практика съм водена от емпатия и разбиране към нуждите на клиента, като целта ми е да осигуря усещане за

подкрепа, споделяне и сътрудничество. Вярвам, че всеки клиент има ресурси за справяне, а моята работа е да му помогна да ги намери.

Професионалните ми интереси са в областта на психологическото консултиране, фокусираната към решения кратка терапия, организационната психология и лидерството, управлението на стреса, емоционалната интелигентност, детската психология, здравословното хранене и др. Сертифициран треньор по програмите Трениране на успешни лидери (Leader Effectiveness Training), Трениране на успешни учители (Teacher Effectiveness Training), Трениране на успешни родители (Parent Effectiveness Training), Трениране на успешни деца и младежи (Youth Effectiveness Training) и Бъди най-доброто, което което можеш да бъдеш (Be Your Best) на Американския институт – Gordon Training International.