



*Betegközpontúság,
magas szakmai színvonal...*

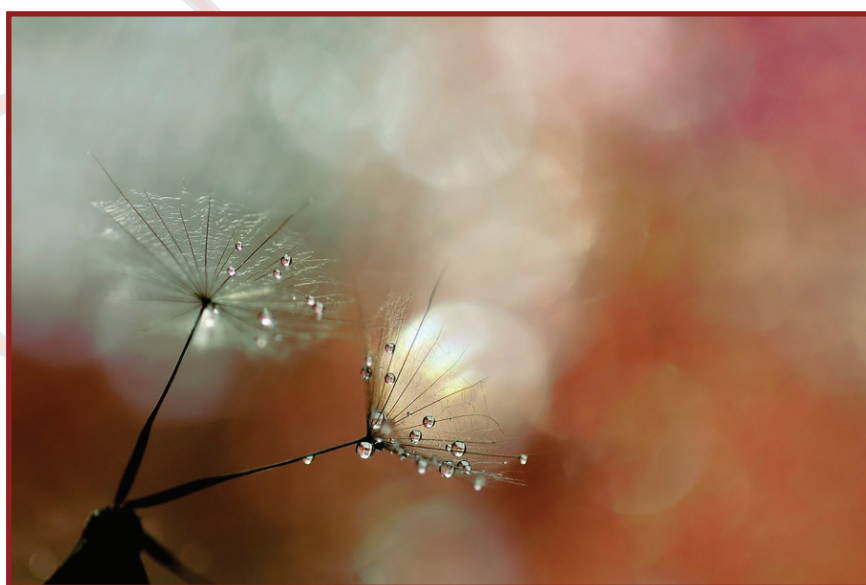
MEGISMERÉS ISKOLÁJA

**„Az embert nem maguk a dolgok, hanem az a mód zavarja meg,
ahogy a dolgokat látja.”**

Epiktétosz

Gondolataink, világlátásunk alapvetően határozzák meg érzelmi reakcióinkat és viselkedésünket. Nincs két ember, akik egyformán élnék és tapasztalnák meg ugyanazt az eseményt.

A különböző lelki nehézségek esetén is ez történik, zavart szenved az információfeldolgozás, és így az események és történések torzult, félreértelmezett jelentést nyernek. Ennek következményeként alakulnak ki a különböző negatív érzelmi állapotok. Ezek olyan gondolkodási módok, sémák, melyeket ki kell „javítani” ahhoz, hogy az ember pontosabban észlelje az eseményeket, és megteremthesse saját érzelmi egyensúlyát.



5 alkalmas „iskolánkon” pszichológusok – Ozvald Gabriella klinikai szakpszichológus, pszicho-onkológus - segítenek elsajátítani a kognitív technika módszerét, hogy képessé váljon negatív automatikus gondolatainak kontrollálására, illetve „torzult” sémáinak átírására.

A foglalkozások ingyenesek, előzetes bejelentkezés szükséges!

JELENTKEZÉS:

ONKOPSZICHOLOGIAI SZAKRENDELÉS

Ozvald Gabriella klinikai szakpszichológus

Érdeklődni telefonon lehet, tel.: 06 30 257 9913, 06 42 599 700 /1474 m.

JÓSA ANDRÁS OKTATÓKÓRHÁZ

4400 Nyíregyháza Szent István u. 68.

Tel.: 30 257 9913 • 42 599 700/1474

Web: www.szszbmk.hu

