



Katarzyna Sieńkowska

Z wykształcenia jestem psychologiem, terapeutą nurtu Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach, akredytowanym coachem EMCC. Ukończyłam psychologię w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej, coaching profesjonalny w Akademii Leona Koźmińskiego, I oraz II stopień Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach w CTSR w Warszawie. Pracuję w oparciu o kodeks etyczny psychologa oraz standardy International Coach Federation (ICF).

Moją pasją jest odkrywanie duszy drugiego człowieka oraz wspieranie w rozwoju osobistym. Motywuję do realizacji celów terapeutycznych i coachingowych oraz towarzyszę w procesie zaufania do nowego. Wartości, które mnie definiują to: Uwaga, Zaufanie, Szacunek, Życzliwość oraz Profesjonalizm. Buduję jakościowe relacje z moimi Klientami. Z całego serca wierzę, iż „najpiękniejsze historie w życiu zaczynają się od odwagi”.

Prowadzę gabinet pomocy terapeutycznej online w którym motywuję do osiągnięcia celów terapeutycznych oraz coachingowych osoby z całego świata.

Obszary w których pracuję jako terapeuta:

- kryzys życiowy (rozstanie, choroba, utrata pracy, żałoba)
- niskie poczucie własnej wartości, brak akceptacji siebie
- trudności w budowaniu bliskich relacji z innymi
- poczucie pustki, bezsensu życia
- trudności emocjonalne, stres chroniczny
- zaburzenia nastroju
- zaburzenia nerwicowe oraz lękowe
- zaburzenia osobowości
- zaburzeniami snu oraz odżywiania
- uzależnienia.

Jako coach:

- relacje interpersonalne
- zdrowie fizyczne
- rozwój osobisty
- samopoczucie psychiczne
- zarządzanie swoim czasem
- wyzwania życiowe
- przestrzeń finansowa
- kariera zawodowa

-komunikacja z innymi
-wrażliwość metafizyczna.

Pracuję pod stałą superwizją.

Jestem autorką artykułów na platformie kobieta.onet.pl

<https://kobieta.onet.pl/zwiazek/z-mezem-laczy-mnie-tylko-wspolny-kredyt/2nyg2c5>

<https://kobieta.onet.pl/psychologia/osoby-wysoko-wrazliwe-kochaja-bardziej-lub-unikaja-kochania/hcbhy88>

<https://kobieta.onet.pl/rodzina/psychologia/ich-relacja-jest-wyjatkowa-spojrze-na-ia-i-juz-wiem-co-czuje/p8b9393>

<https://kobieta.onet.pl/zwiazek/pedantyzm-to-przeklenstwo-to-juz-taki-nawyk-jak-mycie-zebow/nm7lx24>

<https://kobieta.onet.pl/wiadomosci/patolekarze-gdy-bolalo-uslyszalam-ze-wyginam-sie-jak-dzikiem-zwierze/n570qr0>

Jestem współautorką warsztatów dla kobiet „W zgodzie ze sobą-jak budować świadome życie”.

Wspieram samorządy w procesie budowania wizerunku.

Prowadzę procesy mentoringowe dla Fundacji Kobiet „Wsparcie kobiet w rozwoju ich biznesów”.