

Zádor Erzsébet

tanácsadó szakpszichológus és grafológus

Szakterülete a krízislélektan és az egészségpszichológia. Főként olyan élethelyzeti problémákkal foglalkozik, amelyek kezeléséhez az eddig alkalmazott megoldások hatástalannak bizonyulnak, és a kiút megkereséséhez szakemberre van szükség. Legyen az életvezetési, párkapcsolati, karrier, munkahelyi vagy egyéb veszteséggel járó probléma.

Egyéni tanácsadásban segít a krízishelyzetek, életvezetési problémák megoldásában, szorongások, pánikrohamok okainak felderítésében. Önismereti, konfliktuskezelési és személyiségfejlesztő tréningeket, továbbá pályaorientációs foglalkozásokat vezet. A pályafejlődési tanácsadás során segít az eddigi szakmájukat, munkájukat kényszerből vagy személyes döntésre elhagyók pályamódosításában.

Munkájában felhasználja grafológiai, íráspszichológiai ismereteit is. Hisz az írás gyógyító erejében, abban, hogy a traumák és problémák leírása nagyban segít azok feldolgozásában és a megoldások megtalálásában, a különböző írásos-rajzos technikák elsajátítása pedig az erőforrások feltérképezésében és aktívvá tételében.

Elsősorban a kognitív pszichológiai irányt követi, és egyre inkább vallja a pozitív pszichológia fő mondatát:

„Ne csak az élet rossz dolgainak kijavítására törekedjünk, hanem a pozitív dolgok kialakítására és megőrzésére”.