

Яна Димитрова

Яна е сертифициран треньор по емоционална интелигентност от випуск 17 при Поли Фистолера, психолог и обучаващ се интегративен психотерапевт. Пътят и към психологията е преминавал през страстта към театралното изкуство, където се впуска в дълбочината психологическите профили на персонажите, а по-късно в сферата на рекламата и PR. Там открива с необходимостта от психологически проучвания за създаването на ефективна комуникация.

За мен

Вярвам в потенциала на всеки човек и в това, че с добри намерения и силна мотивация всеки е способен да достигне до своята най-добра версия. Себе си определям като смела, безкрайно любопитна със силен откривателски дух. Обичам да откривам красотата и да се изненадвам. Силно увлечена съм в изследването на връзките между вътрешния свят на човека и проявленията на физическо ниво. Когато липсва осъзнатост по отношение на емоционалния свят, емоциите намират път през тялото. Затова смятам, че емоциите са връзката между психиката и тялото ни, а разбирането им ни довежда до баланса, който ни е необходим, за да бъдем здрави и да се чувстваме цялостни.

За ЕИ

Обучението по ЕИ сякаш подреди и даде пълнота на всичко, което бях изучавала към момента. Тя е в основата на всяка психотерапевтична школа и е задължително условие за правилното разбиране на индивидуалността на клиента. ЕИ е ключа към ефективността и баланса във всяка една сфера на живота и пътят към създаването на устойчиви взаимоотношения. Благодарение на обучението си в института израснах по един осъзнат начин и съм щастлива, че мога да допринасям за разпространението и развитието на тази дисциплина.