



## Agata Patelka

TRE® provider, psycholog

tel. (+48) 512 602 640

e-mail: [agatapatelka@gmail.com](mailto:agatapatelka@gmail.com)

fb: TRE Gorzów Wlkp.

**Moje kwalifikacje** zawodowe obejmują obszary związane z pracą z drugim człowiekiem. Zaczęło się od rekreacji, później było doradztwo zawodowe, następnie pedagogika i oligofrenopedagogika, a obecnie psychologia i praca z ciałem.

**Doświadczenie życiowe**, obserwacje i spotkania z innymi ludźmi doprowadziły mnie do miejsca, w którym jestem obecnie: do postrzegania, przeżywania i uczestniczenia w życiu, nie tylko z poziomu głowy, ale też ciała, w wymiarze, którego wcześniej nie znałam. Chęć zrozumienia człowieka zaprowadziła mnie na ścieżkę zgłębiania wiedzy o cielesnym przeżywaniu i, co istotniejsze, nieprzeżywaniu (!) emocji, o wpływie doświadczeń życiowych na sposób doświadczania siebie, siebie w relacji z innymi, po prostu odczuwaniu i nieodczuwaniu, wyrażaniu i niewyrażaniu emocji.

**Najpierw był warsztat** wprowadzający do analizy bioenergetycznej Alexandra Lowena poprowadzony przez psychoterapeutki – Karolinę Rajewską-Rynkowską i Elżbietę Pakoć – na którym odkryłam z zachwytem, ale i przerażeniem, że ciało to skarbiec pełen dobrze ukrytych cennych emocjonalnych wspomnień. Kolejnym etapem było szkolenie certyfikacyjne na TRE® Providera. Moje refleksje po szkoleniu są nadal aktualne: *Żaden wcześniejszy dyplom, żaden certyfikat, żadne zaświadczenie nie wzbudziło we mnie pragnienia, by się nim podzielić. Zastanawiałam się dlaczego. Odpowiedź jest taka „zwyczajna”: po prostu nigdy wcześniej żadna droga do celu nie była taka zdumiewająca, taka poruszająca i taka wyjątkowa.*

**Podczas procesu** certyfikacyjnego spotkałam mnóstwo wspaniałych czujących i nieczujących osób, koleżanek i kolegów, w trakcie i po certyfikacji oraz tych, które przychodziły do mnie na sesje. Niezwykłe i cenne doświadczenia. Moje zainteresowanie człowiekiem i doskonałością jego ciała chciałabym kontynuować jako uczestnik Szkoły Psychoterapii w nurcie Analizy Bioenergetycznej Alexandra Lowena organizowanej przez Polskie Stowarzyszenie Analizy Bioenergetycznej. W kwietniu 2019 uczestniczyłam w warsztacie wstępnym poprowadzonym przez Heinerja Steckela.

**Czym się zajmuję?** Prowadzę indywidualne i grupowe **sesje TRE®** dla dzieci, młodzieży i dorosłych; **poradnictwo i wsparcie psychologiczne** dla dorosłych (spotkania indywidualne i grupowe, m.in. warsztaty psychoedukacyjne *Szkoła dla Rodziców i Wychowawców*); **terapię psychologiczną** dla dzieci i młodzieży – wspieram radzenie sobie z aktualnymi trudnościami związanymi m.in. z relacjami rówieśniczymi, adaptacją w środowisku, emocjami, kontaktami społecznymi, stresem.

**Z radością** i ciekawością obserwuję trend związany z rozwojem metod i technik pracy z ciałem, kibicuję mu. A prywatnie z przyjemnością poznaję kolejne style i kroki taneczne, które – w moim mniemaniu – bardzo wspierają powrót do równowagi organizmu, rozumianej przeze mnie jako przyjemny i obecny kontakt z własnym *ja cielesnym*, podążanie do bycia w bliskości z własnym ciałem aż do poczucia *bycia sobą „tu i teraz”*.