



centrum / psychologiczne / TM



## mgr Aleksandra Dynus

psycholog pracujący z młodzieżą oraz osobami dorosłymi

[kontakt](#)

tel. 504 - 188 - 263

- 
- ❖ Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu - mgr psychologii ze specjalnością kliniczną [wykształcenie](#)
  - ❖ Dolnośląskie Centrum Psychoterapii - Studium Interwencji Kryzysowej
  - ❖ Szkoła Psychoterapii Crescentia - 03.2023r. - obecnie

- 
- ❖ "Racjonalna terapia zachowania (RTZ). Poziom podstawowy" Instytut Psychoterapii Poznawczo-Behawioralnej [kursy, szkolenia](#)
  - ❖ "Wzbogac swój warsztat pracy o dialog motywujący. Szkolenie dla psychologów i psychoterapeutów." Centrum Terapii Dialog
  - ❖ "Techniki DBT w terapii borderline i trudności interpersonalnych" PsychoMedic
  - ❖ "Praca z wartościami w psychoterapii" Sabina Sadecka
  - ❖ "ACT w pracy z traumą: Praca z ciałem, umysłem i emocjami." UczesięACT, Bartosz Kleszcz
  - ❖ " 3 fala CBT - Techniki Compassion focused therapy w pracy nad lękiem i wewnętrznym krytykiem." PsychoMedic

- 
- ❖ Terapia ACT, CBT (w tym trzecia fala), elastyczność psychologiczna [zainteresowania](#)
  - ❖ Literatura, pole dance, metody parzenia kawy