



Dolnośląskie Centrum  
Psychoterapii

Zapraszamy na diagnostykę

# ADHD

u dzieci i młodzieży oraz  
dorosłych



[www.dcp.wroclaw.pl](http://www.dcp.wroclaw.pl)



# Czym jest ADHD?

ADHD (ang. Attention Deficit Hyperactivity Disorder, czyli zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi) to zaburzenie neurorozwojowe, które wpływa na funkcjonowanie mózgu i zachowanie. Osoby z ADHD często mają trudności z koncentracją, kontrolą impulsów oraz nadmierną aktywnością.

ADHD nie jest chorobą psychiczną, lecz odmiennym sposobem funkcjonowania mózgu, który wynika z różnic w pracy neuroprzekaźników, głównie dopaminy i noradrenaliny. Te substancje odpowiadają za uwagę, motywację i kontrolę impulsów.

## Przyczyny ADHD

Dokładna przyczyna ADHD nie jest znana, ale wiadomo, że ma ono podłoże biologiczne. Do czynników ryzyka należą:

- **Genetyka** - ADHD często występuje w rodzinach.
- **Różnice w budowie mózgu** - badania wskazują na mniejszą aktywność pewnych obszarów mózgu odpowiedzialnych za kontrolę impulsów i uwagę.
- **Czynniki środowiskowe** - np. przedwczesny poród, ekspozycja na substancje toksyczne w okresie prenatalnym (np. alkohol, nikotyna).



# ADHD u dzieci

ADHD najczęściej diagnozuje się w dzieciństwie, ponieważ objawy stają się widoczne już na etapie przedszkola lub szkoły podstawowej. Dzieci z ADHD mogą mieć trudności z koncentracją, impulsywnym zachowaniem i kontrolą nad swoją energią.

## Objawy ADHD u dzieci:

- Problemy z uwagą
- Impulsywność
- Nadmierna aktywność

## Jak ADHD wpływa na życie dziecka?

Dzieci z ADHD mogą mieć trudności w szkole – nie dlatego, że są mniej inteligentne, ale dlatego, że ich mózg działa inaczej. Mogą być rozkojarzone, zapominać o zadaniach domowych, mieć trudności z organizacją i relacjami z rówieśnikami. Często czują się niezrozumiane, a ich impulsywne zachowanie może prowadzić do konfliktów z nauczycielami i kolegami.

## Czy ADHD samo "przechodzi" w dorosłości?

Nie. ADHD nie znika z wiekiem, ale może zmieniać swój obraz. U wielu dzieci objawy nadpobudliwości zmniejszają się, ale problemy z koncentracją i impulsywnością często pozostają i mogą wpływać na dorosłe życie.



## Diagnoza ADHD za pomocą Conners 3

Conners 3 to jedno z najczęściej stosowanych narzędzi do diagnozy ADHD oraz innych zaburzeń związanych z uwagą, impulsywnością i zachowaniem u dzieci i młodzieży w wieku **6-18 lat**. Jest to standaryzowany kwestionariusz, który pomaga specjalistom ocenić objawy ADHD oraz ich wpływ na funkcjonowanie dziecka w różnych obszarach życia.

### Oto nasi specjaliści:



#### mgr Maria Kuźnik

Jestem psychologiem i pasją do pracy z ludźmi, której towarzyszy solidne wykształcenie oraz doświadczenie zawodowe. Ukończyłam jednolite studia magisterskie na kierunku psychologia na Uniwersytecie SWPS we Wrocławiu, specjalizując się w psychologii klinicznej. Studia te dostarczyły mi wszechstronnej wiedzy z zakresu psychopatologii, diagnozy klinicznej oraz interwencji psychologicznych, co umożliwiła mi skuteczne wsparcie osób z różnorodnymi problemami psychicznymi i emocjonalnymi. Moja ścieżka edukacyjna rozpoczęła się na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach, gdzie ukończyłam także studia na kierunku Doradztwo Filozoficzne i Coaching.



#### mgr Aleksandra Dusińska Żaczekiewicz

Z wykształcenia i pasji jestem psychologiem oraz psychoterapeutą w trakcie szkolenia na 5-letnim, catolickim kursie psychoterapii asetyzowanym przez Sekcję Naukową Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego oraz akredytowanym przez Sekcję Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w nurcie integracyjnym. Podczas spotkań staram się dbać o atmosferę wzajemnego szacunku, zrozumienia i akceptacji. Pracuję zgodnie z etyką zawodu psychologa.

Szczególnie bliska jest mi współpraca z dziećmi i młodzieżą oraz ich rodzicami i opiekunami. Pracuję w obszarach związanych z kryzysami życiowymi i emocjonalnymi, zaburzeniami lękowymi, psychosomatycznymi, nastrojów, w tym z depresją, ze spektrum autyzmu, ADHD, stresem i niskim poczuciem własnej wartości.

[www.dcp.wroclaw.pl](http://www.dcp.wroclaw.pl)



# Diagnoza ADHD za pomocą Conners 3



## mgr Agnieszka Juszczak Mirek

Dyplomowany psycholog oraz seksuolog, certyfikowany psychoterapeuta systemowy (certyfikat nr 112), certyfikowany psychoterapeuta CBT Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behawioralnej PTTPB (certyfikat nr 1822), certyfikowany psychoterapeuta European Association for Behavioural and Cognitive Therapies EABCT, psychoterapeuta Terapii Schematów ISST International Society of Schema Therapy ( w trakcie certyfikacji), certyfikowany interwent kryzysowy Polskiego Towarzystwa Interwencji Kryzysowej.



## mgr Małgorzata Nierojewska Dobruchowska

Jestem psychologiem pracującym z rodzicami i ich dziećmi w wieku niemowlęcym ( od skończonego 2 m.c.), poniemowlęcym i przedszkolnym oraz dla/ z matką-niemowlę. Cechuje mnie empatyczne podejście do Dziecka i jego Rodziców, a za priorytet uważam zbudowanie bezpiecznej relacji, która jest niezbędna w procesie diagnozy i terapii. Metody diagnostyczne i terapię dostosowuję indywidualnie do problemu dziecka i jego rodziców. Psychologią dziecięcą zajmuję się ponad 15 lat. Moje doświadczenie zawodowe zdobywałam (jut podczas studiów), zaś po ich ukończeniu zajęłam się pracą kliniczną w oddziałach szpitalnych rehabilitacji neurologicznej dzieci oraz ośrodka rehabilitacji dziecięcej.



## mgr Magdalena Rybicka

Psycholożka, psychodietetyczka, diagnostka osobowości i ADHD osób dorosłych, w trakcie studiów podyplomowych z psychoterapii poznawczo-behawioralnej Uniwersytetu SWPS. Ukończyłam kompleksowe szkolenie z zakresu neuroobciążoności (ADHD oraz spektrum autyzmu) prowadzone przez Akademię Różnorodności prowadzone przez specjalistki Marię Cielę i Karolinę Zagari-Sadowską. Jestem w trakcie 4 letnich studiów na kierunku "Terapia poznawczo-behawioralna" pod kierownictwem dr hab. Agnieszki Popiel i dr Ewy Pnagłowskię oraz "Diagnoza psychologiczna".



## Diagnoza ADHD za pomocą Conners 3

Jakie kroki należy podjąć?

1

### Wywiad poprzedzający diagnostykę psychologiczną

- Wywiad poprzedzający diagnostykę odbywa się tylko z **Rodzicami**
- **Koszt : 240 zł**
- **Czas trwania : 60 min**

2

### Wykonanie testu

- Na to spotkanie przychodzą **Rodzice z Dzieckiem**
- **Koszt : 500 zł**
- **Czas trwania : 120 min**



# Terapia dzieci i młodzieży z ADHD

Oto nasi specjaliści:



## mgr Małgorzata Nierojewska Dobruchowska

Jestem psychologiem pracującym z rodzicami i ich dziećmi w wieku niemowlęcym (od skończonego 2 m.c.), poniemowlęcym i przedszkolnym oraz dładą matka-niemowlę. Cechuje mnie empatyczne podejście do Dziecka i jego Rodziców, a za priorytet uważam zbudowanie bezpiecznej relacji, która jest niezbędna w procesie diagnozy i terapii. Metody diagnostyczne i terapię dostosowuję indywidualnie do problemu dziecka i jego rodziców. Psychologią dziecięcą zajmuję się ponad 15 lat. Moje doświadczenie zawodowe zdobywałam już podczas studiów, zaś po ich ukończeniu zajęłam się pracą kliniczną w oddziałach szpitalnych rehabilitacji neurologicznej dzieci oraz ośrodka rehabilitacji dziecięcej.



## mgr Aleksandra Dusińska Żączkiewicz

Z wykształcenia i pasji jestem psychologiem oraz psychoterapeutą w trakcie szkolenia na 5-letnim, całonocowym kursie psychoterapii sformułowanym przez Sekcję Naukową Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego oraz akredytowanym przez Sekcję Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w nurcie integracyjnym. Podczas spotkań staram się dbać o atmosferę wzajemnego szacunku, zrozumienia i akceptacji. Pracuję zgodnie z etyką zawodu psychologa.

Szczególnie bliska jest mi współpraca z dziećmi i młodzieżą oraz ich rodzicami i opiekunami. Pracuję w obszarach związanych z kryzysami życowymi i emocjonalnymi, zaburzeniami lękowymi, psychosomatycznymi, nastroja, w tym z depresją, ze spektrum autyzmu, ADHD, stresem i niskim poczuciem własnej wartości.



## mgr Maria Kuźnik

Jestem psychologiem z pasją do pracy z ludźmi, której towarzyszy solidne wykształcenie oraz doświadczenie zawodowe. Ukończyłam jednolite studia magisterskie na kierunku psychologia na Uniwersytecie SWPS we Wrocławiu, specjalizując się w psychologii klinicznej. Studia te dostarczyły mi wzbudzonej wiedzy z zakresu psychopatologii, diagnozy klinicznej oraz interwencji psychologicznych, co umożliwia mi skuteczne wsparcie osób z różnorodnymi problemami psychicznymi i emocjonalnymi. Moja ścieżka edukacyjna rozpoczęła się na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach, gdzie ukończyłam także studia na kierunku Doradztwo Filozoficzne i Coaching.

[www.dcp.wroclaw.pl](http://www.dcp.wroclaw.pl)



# Terapia dzieci i młodzieży z ADHD

Oto nasi specjaliści:



## mgr Joanna Czajkowska

Jestem absolwentką Instytutu Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego oraz Systemowej Terapii Rodzin w Ośrodku Psychoterapii Systemowej w Krakowie. Ukończyłam szkolenie w zakresie MMPI / MMPI-2 – badania, interpretacja i opracowanie wyników. Posiadam również uprawnienia pedagogiczne. Długoletnia praca z pacjentem wykształciła we mnie nie tylko wysoki poziom empatii ale również odporność na sytuacje stresowe w których im towarzyszyłam. Swoją pracę poddaję regularnej superwizji.



## mgr Agnieszka Juszczyk Mirek

Dyplomowany psycholog oraz seksuolog, certyfikowany psychoterapeuta systemowy (certyfikat nr 112), certyfikowany psychoterapeuta CBT Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behawioralnej PTTPB (certyfikat nr 1822), certyfikowany psychoterapeuta European Association for Behavioural and Cognitive Therapies EABCT, psychoterapeuta Terapii Schematów ISSF International Society of Schema Therapy ( w trakcie certyfikacji), certyfikowany interwent kryzysowy Polskiego Towarzystwa Interwencji Kryzysowej.



## mgr Julia Hylweicz

Jestem psychologiem, psychoterapeutą integracyjnym w trakcie certyfikacji. Ukończyłam studia podyplomowe z Edukacji i Terapii osób ze spektrum autyzmu z elementami integracji sensorycznej oraz Edukacji i Rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną - Oligofrenopedagogika. Pracuję w nurcie integracyjnym, łącząc różne podejścia psychoterapeutyczne, wychodząc z założenia, że to terapia powinna być dostosowana do pacjenta. Moją pasją jest praca z dziećmi, a w szczególności z dziećmi ze spektrum autyzmu. Pracuję głównie z młodszymi dziećmi, prowadząc terapię psychologiczną wspomagającą ich rozwój. Dbam o całkowite spojrzenie na dziecko uwzględniając w szczególności aspekty psychologiczne, jak również medyczne.



# ADHD u dorosłych

ADHD u dorosłych często wygląda inaczej niż u dzieci. Nadmierna ruchliwość może być mniej widoczna, ale nadal występują trudności z koncentracją, organizacją i regulacją emocji. Wiele dorosłych nie wie, że ma ADHD – diagnozę otrzymują dopiero wtedy, gdy ich trudności zaczynają negatywnie wpływać na życie zawodowe, rodzinne czy społeczne.

## Objawy ADHD u dorosłych:

- Problemy z organizacją i zarządzaniem czasem
- Problemy z koncentracją
- Impulsywność
- Problemy w relacjach międzyludzkich

## ADHD u kobiet i mężczyzn

ADHD jest częściej diagnozowane u mężczyzn, ponieważ u dziewczynek i kobiet objawy mogą wyglądać inaczej. U kobiet częściej dominuje zaburzenie uwagi, a nie impulsywność czy nadmierna ruchliwość, dlatego ich trudności są mniej widoczne. Wiele kobiet z ADHD jest diagnozowanych dopiero w dorosłości, gdy zaczynają mieć trudności w pracy lub rodzinie.



## Diagnoza ADHD za pomocą DIVA 5

DIVA 5 (Diagnostic Interview for ADHD in Adults, wersja 5.0) to jedno z najczęściej stosowanych narzędzi diagnostycznych do oceny ADHD u osób dorosłych. Jest to ustrukturyzowany wywiad kliniczny, który pomaga specjalistom (psychiatrom, psychologom klinicznym) dokładnie ocenić objawy ADHD zgodnie z kryteriami DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition)

### Jak wygląda diagnoza ADHD z użyciem DIVA 5?

Wywiad DIVA 5 składa się z dwóch głównych części:

- 1** Ocena objawów ADHD w dorosłości – czy obecnie występują objawy zaburzenia?
- 2** Ocena objawów ADHD w dzieciństwie – czy objawy były obecne przed 12. rokiem życia?

Diagnoza ADHD wymaga, aby objawy występowały w więcej niż jednej sferze życia (np. w pracy, w relacjach, w domu) i utrudniały codzienne funkcjonowanie.



# Diagnoza ADHD za pomocą DIVA-5

Jakie kroki należy podjąć?

**1**

## Wywiad poprzedzający diagnostykę psychologiczną

- **Koszt : 240 zł**
- **Czas trwania : 60 min**

**2**

## Wykonanie testu

- **Koszt : 500 zł**
- **Czas trwania : 120 min**



# Psycholodzy którzy wykonują test DIVA-5



## mgr Magdalena Rybicka

Psycholożka, psychodietetyczka, diagnostka osobowości i ADHD osób dorosłych, w trakcie studiów podyplomowych z psychoterapii poznawczo-behawioralnej Uniwersytetu SWPS. Ukończyłam kompleksowe szkolenie z zakresu neuroobrotowości (ADHD oraz spektrum autyzmu) prowadzone przez Akademię Różnorodności prowadzone przez specjalistki Martę Galię i Paulinę Zięgari-Sadowską. Jestem w trakcie 4 letnich studiów na kierunku "Terapia poznawczo-behawioralna" pod kierownictwem dr hab. Agnieszki Popiel i dr Ewy Pragłowskiej oraz "Diagnosta psychologiczna".



## mgr Magdalena Gruszka Alamo

Jestem psychologiem, dyplomowanym psychoterapeutą poznawczo-behawioralnym oraz trenerem. Posiadam ponad 12-letnie doświadczenie w psychoterapii osób dorosłych (indywidualnej oraz par) oraz młodzieży. W swojej pracy stosuję podejście poznawczo-behawioralne, którego istotą jest dotarcie do genety dotychczasowych problemów poprzez analizę myśli i zachowań pacjenta. Wpólna praca na moich sesjach ukierunkowana jest na wykształcenie umiejętności efektywnego radzenia sobie w sytuacjach, które dotąd sprawiały trudności.



## mgr Martyna Jaresz

Psycholog, diagnostka ADHD i osobowości osób dorosłych, terapeutka poznawczo-behawioralna, trenerka umiejętności społecznych. W trakcie studiów podyplomowych z seksuologii klinicznej.

Konsultacja psychologiczna, terapia indywidualna trwa 50 minut.

Moim priorytetem jest tworzenie bezpiecznej i akceptującej przestrzeni, w której moi Klienci mogą otwarcie mówić o swoich trudnościach oraz uzyskiwać wsparcie i zrozumienie.



## mgr Izabela Grobel

Jestem psychoterapeutą w trakcie certyfikacji w nurcie poznawczo-behawioralnym. Ukończyłam czteroletnią szkołę Centrum Terapii Poznawczo-Behawioralnej w Warszawie oraz studia na Uniwersytecie im. A. Mickiewicza w Poznaniu na kierunku Psychologia. Jestem członkiem Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behawioralnej.



## mgr Agnieszka Juszczak Mirek

Dyplomowany psycholog oraz seksuolog, certyfikowany psychoterapeuta systemowy (certyfikat nr 112), certyfikowany psychoterapeuta CBT Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behawioralnej PTTPB (certyfikat nr 1822), certyfikowany psychoterapeuta European Association for Behavioral and Cognitive Therapies EABCT, psychoterapeuta Terapii Schematów ISST International Society of Schema Therapy ( w trakcie certyfikacji), certyfikowany interwent kryzysowy Polskiego Towarzystwa Interwencji Kryzysowej.



# Co dalej?

Po przeprowadzeniu testu DIVA 5 i uzyskaniu wyników sugerujących ADHD, ostateczną diagnozę może postawić tylko **lekarz psychiatra**.

Jeśli uzyskałeś opinię psychologiczną, warto zgłosić się do psychiatry, który:

- ✓ przeprowadzi pełną ocenę kliniczną,
- ✓ wykluczy inne możliwe przyczyny objawów,
- ✓ zdecyduje o ewentualnym wprowadzeniu farmakoterapii (np. metylofenidat, atomoksetyna).

Leki na ADHD są dostępne wyłącznie na **receptę**, dlatego ich stosowanie powinno odbywać się pod kontrolą specjalisty. Warto także rozważyć terapię behawioralną, coaching ADHD i psychoedukację, które mogą pomóc w codziennym funkcjonowaniu.



- **Koszt wizyty : 480 zł**
- **Czas trwania : 40-60 min**



# Psychiatry którzy zajmują się leczeniem i diagnozą ADHD po teście DIVA-5



## **lek. Grzegorz Jezierski**

Jestem absolwentem Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Doświadczenie kliniczne i zawodowe zdobywam w Dolnośląskim Centrum Zdrowia Psychicznego. Pracuję też z osobami uzależnionymi od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych. Ciągłe podnoszę swoje kwalifikacje zawodowe uczestnicząc w licznych kursach i szkoleniach. Uważam, że rzetelny wywiad jest podstawą do prawidłowego zdiagnozowania i wprowadzenia odpowiedniego leczenia. Stawiam na holistyczne podejście do pacjenta.



## **lek. Aleksander Górny**

Jestem absolwentem Wydział Lekarskiego Akademii Medycznej w Poznaniu. Kształcenie specjalizacyjne przechodziłem w Dolnośląskim Centrum Zdrowia Psychicznego we Wrocławiu w latach 2006 do 2012. Od ponad 10 lat zdobywałem doświadczenie zawodowe w leczeniu chorób i zaburzeń psychicznych między innymi w oddziałach stacjonarnych, dziennych, dziecięco-młodzieżowych, leczenia nerwic detoksykacyjnych oraz terapii uzależnień. Ukończyłem także studia podyplomowe w zakresie Podstaw Psychoterapii Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. **Przyjmuję dorosłych i młodzież od 16 roku życia.**



## **lek. Rafał Cichorski**

Absolwent kierunku lekarskiego Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu. Realizując szkolenie specjalizacyjne w dziedzinie psychiatrii pracuje w oddziale stacjonarnym Dolnośląskiego Centrum Zdrowia Psychicznego we Wrocławiu. W codziennej praktyce zwraca szczególną uwagę na dobrą relację między pacjentem a lekarzem, opartą na wzajemnym zaufaniu i szacunku. Otwarta i szczerą komunikacja pozwala na dogłębne i indywidualne podejście do każdego pacjenta. Wiedzę merytoryczną pogłębia biorąc udział w kursach i szkoleniach, które pozwalają być na bieżąco z nowościami i standardami leczenia oraz na stałe podnoszenie kwalifikacji zawodowych.



## **lek. Karolina Sas**

Lekarka w trakcie specjalizacji z psychiatrii, aktualnie na 4 roku szkolenia z psychiatrii. Pomagam w trudnościach takich jak zaburzenia nastroju, snu, zaburzenia odżywiania, nasilenie lęku i innych zaburzeniach czy chorobach oferując indywidualne podejście i kompleksową pomoc. Jeżeli chodzi o moje wykształcenie to ukończyłam studia medyczne oraz staż podyplomowy we Wrocławiu. Dzięki temu, zdobyłam szerokie doświadczenie w leczeniu i opiece nad Pacjentami. **Przyjmuję dorosłych i młodzież od 16 roku życia.**



# Terapia osób dorosłych z ADHD

Terapia osób z ADHD (zespołem nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi) jest wieloaspektowa i powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb pacjenta. Obejmuje ona zarówno metody farmakologiczne, jak i psychoterapeutyczne oraz różne techniki wspierające codzienne funkcjonowanie.

## Oto nasi specjaliści:



### mgr Magdalena Gruszka Alamo

Jestem psychologiem, dyplomowaną psychoterapeutką poznawczo-behavioralnym oraz trenerem. Posiadam ponad 12-letnie doświadczenie w psychoterapii osób dorosłych (indywidualnej oraz par) oraz młodzieży. W swojej pracy stosuję podejście poznawczo-behavioralne, którego istotą jest dotarcie do genezy doświadczanych problemów poprzez analizę myśli i zachowań pacjenta. Wspólna praca na moich sesjach ukierunkowana jest na wykształcenie umiejętności efektywnego radzenia sobie w sytuacjach, które dotąd sprawiały trudności.



### mgr Izabela Grobel

Jestem psychoterapeutką w trakcie certyfikacji w nurcie poznawczo-behavioralnym. Ukończyłam czteroletnią szkołę Centrum Terapii Poznawczo-Behavioralnej w Warszawie oraz studia na Uniwersytecie im. A. Mickiewicza w Poznaniu na kierunku Psychologia. Jestem członkiem Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behavioralnej.



### mgr Aleksandra Duszińska Żaczekiewicz

Z wykształcenia i pasji jestem psychologiem oraz psychoterapeutką w trakcie szkolenia na 5-letnim, całonocnym kursie psychoterapii abstosowanym przez Sekcję Naukową Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego oraz akredytowanym przez Sekcję Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w nurcie integracyjnym. Szczególnie bliska jest mi współpraca z dziećmi i młodzieżą oraz ich rodzicami i opiekunami. Pracuję w obszarach związanych z kryzysami życiowymi i emocjonalnymi, zaburzeniami lękowymi, psychosomatycznymi i nastroju, w tym z depresją, ze spektrum autyzmu, ADHD, stresem i niskim poczuciem własnej wartości.



# Terapia osób dorosłych z ADHD



## mgr Martyna Jarosz

Psycholog, diagnostka ADHD i osobowości osób dorosłych, terapeutka poznawczo-behawioralna, trenerka umiejętności społecznych. W trakcie studiów podyplomowych z seksuologii klinicznej.

Konsultacja psychologiczna, terapia indywidualna trwa 50 minut.

Moim priorytetem jest tworzenie bezpiecznej i akceptującej przestrzeni, w której moi Klienci mogą otwarcie mówić o swoich trudnościach oraz uzyskać wsparcie i zrozumienie.



## mgr Agnieszka Juszczyk Mirek

Dyplomowany psycholog oraz seksuolog, certyfikowany psychoterapeuta systemowy (certyfikat nr 112), certyfikowany psychoterapeuta CBT Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behawioralnej (PTTPB) (certyfikat nr 1822), certyfikowany psychoterapeuta European Association for Behavioral and Cognitive Therapies (EABCT, psychoterapeuta Terapii Schematów (EST International Society of Schema Therapy) ( w trakcie certyfikacji), certyfikowany interwent kryzysowy Polskiego Towarzystwa Interwencji Kryzysowej.



## mgr Karolina Czynsz Grabiec

Doświadczony psycholog, psychoterapeuta poznawczo-behawioralny. Ukończyła studia z zakresu psychologii na Uniwersytecie Wrocławskim, oraz studia podyplomowe z zakresu terapii dzieci i młodzieży z trudnościami. W 2007 roku ukończyła czteroletnie szkolenie z zakresu psychoterapii poznawczo-behawioralnej



## mgr Artur Pobłocki

Psycholog kliniczny, psychoterapeuta poznawczo-behawioralny (certyfikat PTTPB nr 688), seksuolog, neuropsycholog.

Od 2013 roku pomagam pacjentom radzić sobie z trudnościami, jakie pojawiły się w ich życiu. Czasem jest to poczucie silnego lęku, obniżony nastrój, a niekiedy ciągłe zamartwianie się albo przeżycie traumatycznego wydarzenia. Takie doświadczenia mogą pozbawić Cię możliwości pełnego przyciszenia radośnych chwil, hamować Twój rozwój osobisty, krzyżować plany lub negatywnie wpływać na relacje z innymi ludźmi. Możesz też odczuwać dyskomfort psychiczny bez wyraźnej przyczyny i chcieć się z nim uporać.

[www.dcp.wroclaw.pl](http://www.dcp.wroclaw.pl)

# Aby umówić wizytę zapraszamy do kontaktu !

Profesjonalna diagnoza ADHD (DIVA 5, Conners 3)

Konsultacje psychologiczne i psychiatryczne

Indywidualne podejście i wsparcie terapeutyczne

**Zarezerwuj termin** – zrób pierwszy krok w kierunku  
lepszego funkcjonowania!

 +48 71 332 36 70

+48 71 361 60 35

 [info@dcp.wroclaw.pl](mailto:info@dcp.wroclaw.pl)

 Powstańców Śląskich 28/30, 53-333 Wrocław

Czekamy na Ciebie w Dolnośląskim Centrum  
Psychoterapii! 



**Dolnośląskie Centrum  
Psychoterapii**