



## **Kristīne Strazdiņa**

Psihologs

### **Izglītība:**

**2009.gads** Daugavpils Universitāte, maģistra grāds. Sociālais psihologs, cilvēkrīcības speciālists.

**2004.gads** Starptautiskā Praktiskās Psiholoģijas Augstskola, bakalaura grāds. Praktiskais psihologs.

### **Darba pieredze:**

No 2015.gada Iekšlietu ministrijas veselības un sporta centrs Psiholoģiskā atbalsta nodaļas psihologs

2015. VSAC "Rīga" filiāle "Jugla" psihologs

2013. SIA "Go Serviss" psihologs

No 2004.gada - psihologa privātprakse

2005.- 2007.g. SPPA sociālās psiholoģijas pasniedzēja

### **Profesionālā attīstība:**

Man ir ilgstoša pieredze psiholoģiskajā konsultēšanā. Strādāju ar pieaugušajiem, individuāli un grupās. Papildus ir liela pieredze darbā ar krīzes situācijām, tuvinieku zaudējumu un smagu slimību gadījumos, veģetatīvo distoniju, panikas lēkmēm, trauksmi un depresīviem stāvokļiem, fobijām, azartspēļu u.c. atkarībām. Ir zināšanas un pieredze darbā ar psihosomatiskiem traucējumiem. Apmācība ģimenes psihoterapijā ļauj veiksmīgi strādāt konsultējot pāru attiecību jautājumos. Atsevišķu darba jomu sastāda psiholoģiskās veselības izvērtēšana, atjaunošana un uzturēšana; perinatālā (grūtniecības) psiholoģija; dzīves mērķu uzstādīšana un sasniegšana, savu grūtību izprašana un uzstādījumu maiņa; psihodiagnostika u.c. Savā praksē izmantoju EMDR metodi (eye movement desensitization and reprocessing) psihisko traumu pārvarēšanai.

### **Piedāvā sekojošas pakalpojumus:**

- Individuālās konsultācijas
- Darbs ar klientiem krīzes situācijās (grupā un individuāli)
- Darbs ar grupām:
  - treniņi, semināri
  - psiholoģiskā atbalsta grupas
  - nodarbības ar mākslas terapijas elementiem

### **Kontakti:**

Adrese: Rīga, Slokas iela 66, 7.kab.

Tālr.: 29578240

E-pasts: [kristine.strazdina@iem.gov.lv](mailto:kristine.strazdina@iem.gov.lv)