



Mgr. **JANA KUNOVÁ**, PhD.

O MNE

Som absolventkou Fakulty Humanistiky Trnavskej univerzity v odbore psychológia. Na Inštitúte existenciálnej psychológie a noo-logoterapie FF TU som ukončila psychoterapeutický výcvik so zameraním na logoterapiu Viktora Frankla (logos = zmysel). Špecializujem sa na oblasť existenciálnej psychológie, logoterapie a na kresťanské poradenstvo.

Mám odbornú prax v poradenskej a školskej psychológii. Som členkou Slovenského inštitútu logoterapie (SILOE) a Slovenskej psychologickkej spoločnosti pri SAV.

Od r. 2016 pracujem na Katedre psychológie FF Trnavskej univerzity ako odborná asistentka a tiež v Centre podpory študentov, kde poskytujem odborné poradenstvo a konzultácie.

PSYCHOLOGICKÉ PORADENSTVO A ODBORNÉ KONZULTÁCIE

- ◆ Obraz o sebe a osobnostný rast (identita, sebavedomie, sebahodnotenie, zvládanie stresu, adaptačné ťažkosti)
- ◆ Kvalita medziľudských vzťahov (práca na rozvoji vzťahov: partnerských, pracovných, súrodeneckých, školských, medzigeneračných)
- ◆ Otázky zmyslu života a konkrétnych životných situácií (predovšetkým v náročných životných situáciách: choroba, utrpenie, smrť)
- ◆ Vzdelávacie a výchovné problémy (poradenstvo rodičom, ale aj deťom a adolescentom)
- ◆ Profesionálna orientácia a kariérne poradenstvo
- ◆ Možnosti prevencie vzniku závislostí (látkových aj nelátkových)
- ◆ Kresťanské poradenstvo

PREVENCIA A EDUKÁCIA

- ◆ Príprava programov a workshopov zameraných na edukáciu a informovanie verejnosti o psychickom zdraví, psychohygiene, prevencii školských, pracovných a rodinných problémov.
- ◆ Edukácia a workshopy pri ťažkostiach v učení (pre deti aj dospelých)

KONTAKT



MEDICENTRUM, Pavlovičova 3 (prízemie), Bratislava (**Trnávka**)



kunova.medicentrum@gmail.com



+ 421 950 697 937



Čas a termín stretnutia, prosím, dohodnúť e-mailom , alebo telefonicky



ČO PONÚKAM ?

- ◆ **Komplexné poradenstvo pre jednotlivca** (dieťa/dospelý)
- ◆ **Komplexné poradenstvo pre pár/rodinu**
- ◆ **Orientačná a komplexná psychodiagnostika** (dieťa/dospelý)
- ◆ **Nácvik relaxácie** (individuálne aj skupinovo)
- ◆ **Online poradenstvo** (Skype)

Viac informácií a cenník psychologických služieb:
www.trnavka.sk/rodinne-centrum-mamy-margity.

Služby NIE SÚ hradené zdravotnou poisťovňou.
Študenti denného štúdia, dôchodcovia a matky na MD – cena dohodou. Nevykonávam vyšetrenia pre držiteľov zbrojného pasu a vodičských preukazov.

SPÔSOB PRÁCE PORADCU - LOGOTERAPIA A EXISTENCIÁLNA ANALÝZA

Môj spôsob práce vyplýva z logoterapeutického prístupu, ktorého zakladateľom je Viktor Frankl. Logoterapia (logos = zmysel) pomáha človeku objavovať nielen jeho biologické a psychologické potreby, ale aj potreby poznania zmyslu v živote a v jeho konkrétnych situáciách.

Logoterapeutický prístup vychádza z presvedčenia, že každý človek je jedinečná a neopakovateľná osoba, ktorá má možnosť slobodného rozhodovania (alebo zaujatia postoja), za ktoré nesie aj zodpovednosť. Ponúka možnosť osobného rastu aj za zdanlivo neriešiteľných okolností a vždy má na zreteli, že človek potrebuje žiť vo vzťahoch.

Pracujem s klientom na základe písomného kontraktu ohľadom cieľov a spôsobu spoločnej práce. Môj prístup sa opiera o chápanie a citlivé preskúmanie toho, čo klient vníma ako ťažiace (nemusí ísť nevyhnutne o problém), o lepšie porozumenie klientovho prežívania a o zavedenie zmien do klientovho života.

Na začiatku spolupráce a na jej konci sa môže vyskytnúť potreba (podľa povahy ťažkostí) použiť niektoré štandardizované psychologické metódy na zisťovanie aktuálneho psychologického stavu klienta, o ktorých je možné sa informovať.

ETICKÉ ZÁSADY A MLČANLIVOSŤ

Vo svojej práci tiež kladiem dôraz na etické uvažovanie a hodnoty – vo vzájomnom rešpektovaní sa klienta a poradcu.

Psychologická práca je dôverná v hraniciach určených zákonom a Etickým Kódexom Slovenskej komory psychológov. Všetko, čo sa odohráva počas stretnutí, zostáva dôverné.

ZBAVENIE MLČANLIVOSTI

Podrobnosti môžu byť zverejnené iba v prípade žiadosti zo strany orgánov činných v rámci trestného konania a v prípade suicidálnych tendencií klienta.

DĹŽKA SPOLUPRÁCE A FREKVENCIA STRETNUTÍ

Bude dohodnutá ústne a je flexibilná v závislosti od potreby klienta a tiež od môjho posúdenia (či moja forma práce pre klienta nápomocná, resp. či je spolupráca ukončená vzhľadom k stanoveným cieľom). V prípade, že klient nepociťuje stretnutie ako pomáhajúce, je dobré sa o tom porozprávať. Klient môže vždy poradenstvo ukončiť. V prípade, že klient uvažuje o ukončení stretávania preferujem, ak to oznámi s predstihom, aby sme mohli spoluprácu uzavrieť.