

## **Psihoterapevtka Brigita Chuuya: »Živeti življenje v polnosti me je vedno navdihovalo«**

Zgornjesavinjčanko **Brigito Chuuya** so od nekdaj zanimali medčloveški odnosi. Pogosto se je spraševala, zakaj se določeni ljudje obnašajo tako ali drugače, in vedela, da nekje ti odgovori so. Kot magistrica zakonskih in družinskih študij izvaja terapije v terapevtski pisarni v Ljubljani, znanje pa nadgrajuje na doktorskem študiju. Dnevno se srečuje z mladimi, družinami, pari in otroki, pri delu pa jo vodi želja pomagati ljudem, da se počutijo srečne in izpolnjene. V duhu dostopnosti in promocije psihoterapije kot sredstva za doseganje boljših medosebnih odnosov je zelo aktivna tudi na družabnih omrežjih.

### **POMAGATI DO OBČUTKA SREČE IN IZPOLNJENOSTI**

Brigita je članica Združenja zakonskih in družinskih terapevtov, pod supervizorstvom patra **dr. Christiana Gostečnika** in sodelavcev. Stažiranje je opravila na Frančiškanskem družinskem inštitutu. Pri delu jo vodi predvsem želja pomagati, da se ljudje v življenju počutijo izpolnjene, srečne in opolnomočene: »Rada imam svoje delo in močno verjamem, da lahko terapija prinese izboljšave in pozitivne spremembe v življenje.« Glavna področja njenega delovanja so partnerski konflikti, razhodi, delo z mladostniki, težave v družini, ljubosumje, žalovanje, smrt in druge izgube v življenju, spolnost, pornografija in ostale zasvojenosti, različne oblike nasilja, osamosvojitve od doma ter druge stiske.



Foto: osebni arhiv

## **ODNOSOM IN KOMUNIKACIJI NAMENJAMO VSE VEČ POZORNOSTI**

Verbalna in neverbalna komunikacija je zelo pomembna, saj smo ljudje bitja odnosov in četudi si včasih ne želimo priznati, le-ti zavzemajo velik del naših življenj in nas v veliki meri oblikujejo. »Veseli me trend, da odnosom ter splošnemu dobremu počutju posvečamo vedno več pozornosti, da nam ni vseeno, v kakšnih odnosih smo sami s sabo

in z drugimi. Vse bolj se zavedamo, da dobri in izpolnjujoči odnosi niso nekaj samoumevnega in ne pridejo kar sami od sebe, temveč se je zanje potrebno truditi,« je dodala mlada psihoterapevka.

*Nadaljevanje preberite v tiskani izdaji Savinjskih novic, ki izide 2. julija.*