

# Dr. Andrek Andrea



Közel három évtizede a születés körüli időszak testi-lelki folyamatai állnak a munkám középpontjában. A magzattal való kapcsolat, a szülés élményei és az első életév formáló hatásai már a pályám kezdetétől mélyen megérintenek, és azóta is ez a szenvedély határozza meg a szakmai utamat.

Az ELTE PPK és a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság közös perinatális szaktanácsadó képzésének alapító oktatójaként azon dolgozom, hogy a perinatális időszak korszerű és érzékeny tudása minél több szakember munkájába beépüljön. A társaság alelnökeként fontos számomra a különböző tudományterületek közötti párbeszéd, hiszen a perinatális időszak interdiszciplináris megközelítése minden szakterület számára előremutató.

Magánpraxisomban anyákat, apákat és párokat kísérek végig ezen az érzékeny életszakaszon – legyen szó gyermekáldásra várásról, a magzattal való kapcsolódásról, a szülésre hangolódásról, nehéz szülésélmények feldolgozásáról vagy a várandósság és gyermekágy alatt jelentkező párkapcsolati feszültségekről. Testfókuszú pszichoterápiás módszerekkel segítem őket a korai élettörténetükből eredő elakadások oldásában, és abban, hogy mélyebb bizalommal fordulhassanak önmaguk és a családjuk felé.

A fogantatástól az első életévekig tartó időszak számomra nem csupán kutatási terület, hanem olyan intenzív és testbe íródó tapasztalatok összessége, amely egész életünkre hatással lehet. Hiszem, hogy a korai élmények tudatosítása, megértése és – ha szükséges – korrekciója alapvetően meghatározza későbbi kapcsolataink, szülői működésünk és személyes jólétünk alakulását.

**A Vissza Hozzám kurzusban résztvevőket abban segítem, hogy ezekre a testbe íródott történetekre lágy rálátás szülessen bennük, és megértsék, mindezek hogyan kapcsolódnak jelenkori érzéseikhez, mintáikhoz és választásaikhoz.**



**Dr. Andrek Andrea**

Pszichológus, hipnoterapeuta és szomato-pszichoterapeuta

*Andrea*