

Mgr. Alena Holá

Jsem etoped, kognitivně-behaviorální terapeut, schematerapeut, lektor, supervizor ve výcviku.

Vystudovala jsem speciální pedagogiku obor etopedie na Univerzitě Karlově.

Absolvovala jsem pětiletý výcvik v Kognitivně - behaviorální terapii (Mezinárodní institut KBT Odyssea), výcvik ve Schematerapii (První institut schematerapie v ČR a SK, The Schema Therapy Institute Indianapolis), výcvik v Systemické rodinné terapii (Institut rodinné terapie, Praha).

V současné době jsem ve výcviku supervize v kognitivně behaviorální terapii a dále v navazujícím výcviku schematerapie pokročilé úrovně.

Jsem členkou České společnosti kognitivně-behaviorální terapie, České asociace pro psychoterapii a členkou International Society of Schema Therapy.

Věnuji se individuální terapii pro adolescenty a dospělé. Specializuji se na klienty s úzkostnými poruchami a poruchami osobnosti.

Jsem lektor v Mezinárodním institutu KBT Odyssea a Prvním Institutu Schematerapie ČR a SK.

Dětství jsem prožila v Táboře, ale převážnou část svého života žiji v Praze.

Jsem vdaná, mám dvě dcery.

Mezi mé koníčky patří čtení, cestování, lyžování, běh.