

Daina Ramunė Lukėnaitė

(psichologė)



VERTYBĖS: Tu pažinsi tiesą – ir ji išlaisvins tave. Man artimos krikščioniškos kultūros vertybės. Tikėjimas, meilė, viltis, nuoširdumas, paprastumas.

Darbo įrankiai, metodika: Esu VDU absolventė. Savo darbe, konsultacijose žiūriu į klientą kaip į bio-psicho-socialinę būtybę, turinčią dvasinį stuburą ir esančią aplinkos, kurioje ji gyvena ir veikia, dalimi. Laikydamosi holistinio požiūrio, konsultacijose naudojuosi šeimos terapijos, KET, Geštalt, Jungo psichoanalitinės, humanistinės teorijos įrankiais. Vedu relaksacijas, meditacijas su vizualizacija ir grįstas įsisąmonintu suvokimu.

Kodėl darbas su priklausomais?

Priklausomybes dažnai lydi ribinės asmenybės bruožai: noras pabėgti nuo „nepakeliamų išgyvenimų“ (po kuriais slypi neįsisąmoninti ribojantys įsitikinimai arba emocinės traumos, į sąžonę išstumti stiprūs jausmai), polinkis į kraštutinumus, ribų nejautimas, žema savivertė, atsakomybės už savo gyvenimą neprisirišimas, teigiamos ateities perspektyvos nematymas, gyvenimo prasmės neradimas, komunikacijos ir konfliktų sprendimų įgūdžių stoka, žema streso įveika. Dirbu su šiomis problemomis, siekiu atkurti visuminį vaizdą ir rasti alternatyvą priklausomybei, panaudojant kliento vidinius resursus.