



ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ

Психология

Виолета Рашид Ал Самара

Клиничен психолог, Аджибадем Сити
Клиник - УМБАЛ Токуда, гр. София
Магистър „Клинична психология“



Виолета Ал Самара силно вярва, че е родена с мисия - да помага, да подкрепя и да разбира хората в най-трудните им моменти. Но пътят към себепознанието се оказва дълъг и труден, изпълнен с тайнственост и изпитания. След завършване на средното образование в родния си град Септември, като повечето зрелостници се чуди по кой път да поеме и се налага да избира между право, международни отношения и икономика на туризма. През 2008/2009 година завършва семестриално специалност „Икономика на туризма“ в Колеж по икономика и администрация, гр. Пловдив, който сега е преименуван във Висше училище по сигурност и икономика.

След няколко години работа в различни сфери на дейност, брак и майчинство, лични житейски кризи се обръща за помощ към психологията. Започва да чете книги за психология и психоанализа, за самопознание, общуване и саморазвитие, които са част от приложната психология. Тази литературата я увлича, потапя я в „дебрите“ на психологията, помага ѝ не само да разбере и опознае себе си, но да разбира близките и приятелите си. *„В този момент осъзнах, че винаги съм търсила причината „какво стои зад действията и реакцията на хората“, „какво ни кара да усещаме болката на другите“. Вглеждайки се в себе си видях, че винаги съм била съпричастна и съм съпреживявала чуждото страдание и съм*

отговаряла с добронамереност и сърдечност. – спомня си за своя професионален избор Виолета. – *Така дойде решението ми да развивам тази емпатия и разбиране (към „другия“) професионално като психолог и психотерапевт.“*

Завършва бакалавърска степен по специалност „Психология“ в ПУ „Паисий Хилендарски“, гр. Пловдив. След като решава да работи в областта на клиничната психология, записва магистърска програма „Клинична психология“ в Югозападния университет „Неофит Рилски“. Дипломната ѝ работа е на тема „Копинг стратегии и стресоустойчивост при близки на онкоболни пациенти“.

„По време на обучението си получих специализирана теоретична подготовка и практически умения, които развиха професионалните ми компетенции, необходими в работата и професионалното ми израстване в клиничната практика.“ – споделя Виолета. Тя счита, че съществена роля за разширяване и задълбочаване на

практико-приложните умения по време на обучението изиграва задължителната учебна практика, чиято продължителност е три месеца и се провежда под формата на стаж. Стажантите работят под супервизия, извършвайки консултантска, терапевтична и диагностична дейност в ресурсни центрове и домове, в лечебни и други специализирани заведения. Те се обучават за работа с психологични тестове и за използване на определен психотерапевтичен метод за диагностика на психично болни хора.

Виолета не смята да спира кариерното си развитие и планира да надгради знанията си в сферата на клиничната психология. Плановете ѝ за бъдещо професионално развитие включват продължаване на образованието в следващата образователна и научна степен „Доктор“ в Югозападния университет. През всичките изминали години от житейския ѝ път, не спира да се развива, усъвършенства, (само)образова, защото това е нейния капитал. Повишава квалификацията си, преминавайки през редица следдипломни обучения:

- медицинска психология;
- хипноза хипнотерапия в клиничната практика;
- психолог-консултант по позитивна психотерапия;
- психотерапия и психосоматика;
- ЕЕГ неврофийдбек.

Тя членува в различни организации, които обединяват професионалната общност на психолозите:

- [Дружеството на психолозите в Република България](#) (ДПРБ);
- Дружеството на психолозите и психотерапевтите в България
- [Българска асоциация по психоонкология](#) – част от Международната асоциация по психоонкология (БАПО);
- [Дружеството по позитивна психотерапия в България](#) (ДППБ).

В свободното си време Виолета практикува йога. Този избор съвсем не е случаен, а естествено продължение към себепознанието. Към това философско учение се насочва за да „извърви до край“ пътя, който е поела – пътят към „Аз“-а и към човешката душа и природа.



Въпросите, които си задава: *„Колко често имаме нужда да дишаме свободно, без страх? Как да се обърнем към вътрешния си ресурс? Как да открием любовта към себе си и да бъдем каквито сме?“*, по логичен начин „раждат“ идеята за основаване на холистичен център. В него свързва психика и тяло чрез използване на психотелесни практики, йога, медитации, дихателни практики и регресии, „... за създаване на баланс и симбиоза между ум, дух и тяло“.



„Срещата между Изтока и Запада“ – така назовава срещата си с йогата. „Вече две години работя като сертифициран йога преподавател и в същото време преподавам лечебни медитации в собствено йога студио.“ В момента се реализира и като клиничен психолог, част от екипа на Център по клинична психология, психоонкология и психосоматика в Аджибадем СитиКлиник - УМБАЛ Токуда с ръководител д-р Тарейн. Центърът осигурява специализирана социална и психологична подкрепа на пациентите на болницата и техните близки, по отношение справянето с болестта и лечението.

Работи и на свободна практика като клиничен психолог и психотерапевт в гр. София. „Смятам психологията и психотерапията за свое призвание. – убедена е Виолета. – Чрез психологията намерих себе си, изградих необходимите умения да подкрепям пациента в процеса на приемане, осъзнаване и преминаване през

собствената му болка и страдание. Изучих методите на лечение на този двустранен процес – от една страна, влиянието на личността върху болестта, от друга – влиянието на болестта върху личността, което е в основата на клиничната психология.“

След дълго лутане и брожение в търсене на собственото призвание е щастлива от кариерния си избор, защото е открила пламъка в себе си, заряда и потенциала, които притежава и благодарение на които „запалва искрата на надеждата“ в своите пациенти. Човеколюбие, съпричастността и всеотдайността към хората са пътеводната светлина, която я мотивира, която я кара да се чувства щастлива, хармонична, полезна и необходима, емоционално заредена и успешна. Сякаш думите на Хенри Форд, че: „Тайната на успешния живот е да разбереш какво ти е предназначено да правиш и след това да го осъществиш.“ в пълна степен се отнасят за Виолета Ал Самара.

