

Mă numesc Zsolt K., am 25 de ani, și am avut probleme de sănătate psihică, și fizică.

Am aflat de la colega mea că pot începe terapia Bowen pentru că m-ar ajuta. Mă simțeam anxios și depresiv, mă durea stomacul, nu puteam dormi fără medicamente, colesterolul era mare și nici pofta de mâncare nu aveam.

Am început terapia în mai 2021 și am făcut în total 21 de ședințe. Pot spune că pe parcursul săptămânilor am început să mâncăm mai bine, și pot spune că după prima ședință am renunțat la pastilele de somn.

Pe parcursul ședințelor am început să socializez mai mult, să am încredere în mine, nu mai aveam stări de panică nici anxietate și am reușit ceea ce am încercat de foarte mulți ani să ajung de la 52 de kg la 60 de kg.

S-a întâmplat să lipsesc o lună de la terapie în care am simțit nevoia de a relua ședințele.

Chiar și prietenii mi-au zis că m-am schimbat în bine.

Mă simt foarte mulțumit și de aceea o să continui cu terapia Bowen pentru întreținere.

Zsolt K.  
Kozdy

Tel: 0731334865