

Разработва свой метод, наречен „Промяна чрез промяна“. Успешно прилага психотерапия за подобряване на хронични здравословни състояния, както и за повишаване на личностната реализация. Основен акцент в работата си поставя върху това, да опознаем себе си като неделимо единство от емоции, чувства, мисли, тяло и поведение. Осъзнаването на вътрешните емоционални процеси и как те определят действията и здравето ни, дава практически възможности за повишаване качеството на живот.

Ето какво разказва Бианка за себе си:

„Завърших физика със специалност астрономия, за да разбера, че професионалната реализация не съответства на човешката ми същност и не би ми донесло удовлетворение. Преориентирах се бързо, защото обичам да уча нови неща, след което създадох своя фирма за видеомонтаж и изработка на рекламни клипове. Работейки с много хора от всякакви сфери и професии установих, че общуването с тях ми носи много допълнително удовлетворение. Харесваше ми също, да изучавам себе си, да търся обяснение на собствените си силни и слаби страни, да експериментирам с нови начини на общуване, както и да наблюдавам промените, до които моите опити ме водеха понякога.

Ето така стигнах до зрялата професионална любов в живота ми. Завърших психология, след което специализация като психотерапевт и обучение за треньор по емоционална интелигентност. Да помагам с тези свои умения на хората, които искат да подобрят здравето, начина си на живот и личностната си реализация, ми носи истинско удовлетворение.

В основата на работата ми е търсенето на индивидуалната и неповторима за всеки човек връзка между физическо, емоционално и социално здраве. Това е и неговата лична емоционална интелигентност, която може да бъде осъзната и развивана. Ключовата дума за мен е промяна, затова разработих свой метод, който нарекох „Промяна чрез промяна“. Предлагам, насърчавам, провокирам и партнирам за промяна. Защото стойността на онова, което чрез промяна можете да направите за себе си, надхвърля всичко, което друг би могъл да направи за вас.

Не спирам да се уча, да търся и да откривам. Обичам да пътувам, да съм сред природата, да чета и да общувам с хората. Практикувам Сейтай – японска система за хармонизиране на тялото. Обичам промените. И, да, притеснявам се понякога от тях, но имам смелостта не само да ги посрещам, но и да ги предизвиквам. Имам и трудни и вдъхновяващи моменти по пътя си. Споделям го накратко, за да мога да кажа, че обратно на клишето „Животът е кратък.“, аз твърдя: „Животът е дълъг и можем да го променим толкова пъти, колкото имаме смелостта да го направим.“