



PSYCHOTHERAPIE - THERAPIE DER SEELE

Eine Psychotherapie bietet Unterstützung in der Heilung oder Linderung von seelischem Leid. Sie kann aber auch in Lebenskrisen stabilisierend wirken sowie die persönliche Entwicklung und Gesundheit fördern.

Sie bietet einen geschützten Raum, wo Sie sich in professioneller Begleitung mit sich und dem, was Sie belastet, für Sie schmerzhaft ist oder was Sie nicht verstehen, auseinandersetzen können. In schwierigen Situationen und Krisen kann Psychotherapie Entlastung bieten und neue Wege aufzeigen. Ziel einer Psychotherapie ist es, den Leidensdruck zu lindern und wieder mehr Lebensqualität zu haben.

Die existenzanalytische Psychotherapie vollzieht sich vorwiegend in einem dialogisch-begegnend geführten Gespräch, das von dialogischer Offenheit, dem Erleben von Beziehung, personaler Begegnung und Respekt geprägt ist.

Als Psychotherapeutin verstehe ich mich als professionelle Wegbegleiterin, die Ihnen in Ihrer aktuellen Situation zur Seite steht und Sie ein Stück Ihres Weges begleitet, bis Sie das Gefühl haben, vertrauensvoll alleine weitergehen zu können.

Ich freue mich auf ein Kennenlernen!

MEIN ANGEBOT

Ich unterstütze und begleite Sie bei...

- Trauer und Verlusterlebnissen
- Lebens- und Sinnkrisen
- Angst, Panik, Zwang
- Depression
 - Burn Out, Erschöpfung, Stress
- Psychosomatischen Beschwerden
- Posttraumatischer Belastungsstörung
- Schlafstörungen
- Problemen in Beziehungen und im Beruf
- Paarberatung
- "Ich verstehe mich nicht"
- "Ich weiss nicht weiter"
- Wunsch nach persönlicher Weiterentwicklung

Ich biete existenzanalytische Psychotherapie in deutscher und italienischer Sprache.