

Psychologische Beratung



Lisa Werthmüller, Dipl. Psychologische
Beraterin/Elterntrainerin nach STEP

So erreichen Sie mich:

Praxis:

Lisa Werthmüller
Zähringerstrasse 19
3012 Bern
079 197 16 23

lisa.werthmueller@bluewin.ch

Website:

www.lisa-werthmueller.com

Anfahrtsplan auf Website ersichtlich

Für wen eignet sich Psychologische Beratung:

Für Jugendliche und Erwachsene in einer
belastenden Situation oder als
Persönlichkeitsentwicklung

Anmeldung über Kontaktformular
auf meiner Website oder per Mail

Kosten: Sitzung à 60 min.

Erstgespräch Fr. 90.-

Jede weitere Sitzung Fr. 110.-

Wenn belastende Situationen oder Konflikte in Partnerschaft, Arbeitsplatz oder in der Familie zu lange andauern, gehen damit nicht selten, auch somatische Beschwerden miteinher. Lassen Sie es nicht so weit kommen.

Erstgespräch

Wir lernen uns kennen. Es werden Erwartungen geklärt und gemeinsam ein Beratungsziel vereinbart.

Weitere Sitzungen

Je nachdem wo Sie Entlastung oder Veränderung wünschen, machen wir uns gemeinsam auf den Weg, aufdeckend, lösungsorientiert und ressourcenorientiert zu arbeiten. Immer wieder neu, werden wir die Fortschritte und Veränderungen festhalten und eine Standortbestimmung vornehmen.

Mögliche Methoden

Der Zugang zum Unbewussten, soll mit verschiedenen Methoden gefunden werden. Dies können sein; Analysen von Lebenssituation, Kindheitserinnerungen und Familien-/Geschwister-konstellation, Projektionstechniken, Gestalterisches Arbeiten etc. Damit schaffen wir Aufklärung und Verständnis über das eigene Denken, Fühlen, Handeln und Wahrnehmen.

Ein mir wichtiges Anliegen, ist der ganzheitliche Ansatz, der Körper, Geist und Seele mit einbezieht. Denn sie bilden eine Einheit und Störungen in einem Bereich, haben Auswirkungen auf andere Lebensbereiche. Ich begegne den Menschen auf gleicher Augenhöhe mit Respekt, Akzeptanz und Verständnis für die Einzigartigkeit jeder Person.

Die tiefenpsychologisch orientierte Beratung geht davon aus, dass weit zurückliegende, emotional berührende Erlebnisse und deren Schlussfolgerungen, das gegenwärtige Erleben und Handeln des Klienten prägen und im heute immer noch wirksam sind.

Durch die Aufdeckung und die Bewusstmachung, können neu gewonnene Sichtweisen und Erkenntnisse, der Schlüssel zur Veränderung sein. Dies wiederum kann zur Lösung von problematischen oder belastenden Situationen beitragen.