

Mein Therapie- und Beratungsangebot richtet sich an Einzelpersonen, Paare und Familien, die:

- den Wunsch nach Klärung und Entlastung in belastenden Lebenssituationen haben,
- eine private oder berufliche Standortbestimmung oder Neuorientierung wünschen,
- Kommunikationsschwierigkeiten angehen wollen,
- auf der Suche nach Lösungen für aktuelle familiäre oder partnerschaftliche Krisen sind,
- mit neuen Lebensabschnitten und damit einhergehenden Herausforderungen konfrontiert sind,
- innere Blockaden abbauen, überwinden und lösen möchten,
- vor einer wichtigen Entscheidung stehen und dringend Klärung suchen,
- auf der Suche nach neuen Handlungsmöglichkeiten, Zielen und Zukunftsperspektiven sind,
- ihren Alltag mit gesundheitlichen Beschwerden bzw. körperlichen Beeinträchtigungen neu gestalten möchten,
- Hintergründe für immer wiederkehrende Konflikte verstehen möchten,
- das Bedürfnis haben, innere Zufriedenheit zu schaffen.



Silvia Schmittner

Dipl. - Sozialpädagogin (FH)

Systemische Therapeutin und Beraterin (SG)

Kontakt:

Tel.: 07153 / 999 88 14

E-Mail: beratung.schmittner@gmx.de

Praxisräume:

Praxis für Physiotherapie Höfer und Krantz

Olgastr. 50

73779 Deizisau

Kosten/Honorar:

Die Kosten für die Systemische Einzel-, Paar- oder Familientherapie bzw. -beratung werden i.d.R. nicht von den Krankenkassen bzw. Versicherungen getragen. Sie müssen selbst übernommen werden und betragen 80 € für 60 Minuten.

Intervalle und Dauer:

i.d.R. 14-tägig, 60 bis 90 Minuten

Schweigepflicht:

Die Gespräche unterliegen der Schweigepflicht.

SYSTEMISCHE THERAPIE und BERATUNG

SILVIA SCHMITTNER

Der Systemische Therapie- und Beratungsansatz kurz vorgestellt:

- Jeder Mensch ist Teil von Systemen, wie z.B. Familie, Partnerschaft, Freunde, Institutionen, Teams etc.
- Die Menschen stehen in Systemen miteinander in Beziehung und beeinflussen sich somit ständig gegenseitig in ihrem Verhalten: Das Verhalten des Einen bedingt das Verhalten des Anderen.
- Die Dynamik eines Systems lässt sich mit dem Bild eines Mobiles beschreiben: Sobald sich ein Teil bewegt, also seine Position verändert, bewegen sich in der Folge alle anderen Teile des Mobiles auch. Die einen weniger, die anderen ein bisschen mehr.
- Der Blick wird nicht nur auf den Einzelnen gerichtet, sondern auf die Beziehungen und Interaktionen des Einzelnen mit den Personen in den verschiedenen Systemen.
- Vorhandene Ressourcen, also Fähigkeiten und Stärken, die ein Mensch besitzt, sollen aufgedeckt und für den Einzelnen wieder nutzbar gemacht und aktiviert werden.

- Ziel ist es, eingefahrene Muster bzw. Verhaltensweisen, bisherige Annahmen und Einschränkungen zu erkennen und zufriedenstellende Verhaltensweisen zu finden, Muster zu ändern, Annahmen aufzuweichen und Einschränkungen zu reduzieren, um sich weiterzuentwickeln.
- Es gibt kein richtig oder falsch, und es geht nicht darum, zu sagen, was besser ist, sondern Raum zu bieten, in dem Veränderung in Gang gesetzt wird und stattfinden kann.
- Jeder Mensch hat seine ganz eigene Wirklichkeit und Wahrnehmung, seine individuelle Perspektive auf Geschehnisse und Situationen, die sich im Laufe des Lebens entwickelt hat. Diese wird respektiert.

Die Therapie und Beratung soll Anregungsgeberin sein, Neugier und Interesse für Veränderungsprozesse wecken, um neue Sichtweisen, Perspektiven und lösungsorientierte Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen und entstehen zu lassen.

- Der Verlauf der Systemischen Therapie bzw. Beratung wird von den individuellen Zielen und dem Lebenskontext der Klienten/Klientinnen bestimmt.

