

Psychologische Praxis Silke Sack



Therapieverfahren

- Systemisch und tiefenpsychologisch orientierte individualisierte Psychotherapie

Zielgruppen

- Erwachsene, Ältere Menschen, Pflegende Angehörige

Therapiearten

- Primär Einzelpsychotherapie, ergänzend Familientherapie

Behandlungsschwerpunkte

- Belastungsreaktionen und Anpassungsstörungen bei einschneidenden Veränderungen (Verlust, Erkrankung/Unfall, Trennung, Scheidung)
- Depression und Ängste
- Krisenintervention
- Arbeitsplatzbezogene psychische Störungen (Mobbing, Bossing, Burnout)
- Psychische Traumata und Traumafolgeerkrankungen

Spezielle Therapieverfahren

- Entspannungsverfahren (z. B. Progressive Muskelentspannung/ Elemente Autogenes Training, Imaginationen)
- Hypnotherapeutische Verfahren
- Traumaorientierte Psychotherapie
- Hundegestützte Psychotherapie

Zusätzliche Angebote

- Coaching, Fall- und Fachberatung, Supervision
- Verkehrspsychologische Beratung (MPU-Vorbereitung)

Bezahlart/Kassenstatus

- Selbstzahler
- Kostenerstattungsverfahren
- private Krankenversicherungen

Praxisbesonderheiten

- barrierefrei (Augustinum Aumühle), terminflexibel, auch telefonisch/via Skype

Telefonischer Kontakt: 04104 / 96 28 230 oder 0162 / 23 87 708

www.selbst-und-wirksam.de