KENNEN SIE DAS?

· Sie befinden sich in einer Krise, fühlen sich unverstanden oder wie in einer Sackgasse.
· Sie sind unzufrieden und leiden unter konfliktreichen Auseinandersetzungen oder Streit.
· Sie möchten bei Meinungsverschiedenheiten ruhig reagieren, doch Ihre Gefühle machen sich selbständig.
· Sie sehen in Ihrer Familie ein Problem oder befinden sich selber mittendrin.
· Körperliche Symptome oder Verhaltensauffälligkeiten machen sich bemerkbar und können nicht länger ignoriert werden.
· Eine Lösung will sich trotz unterschiedlichster Bemühungen nicht einstellen.
· Plötzliche Ereignisse oder eine Krankheit haben Ihren Alltag durcheinandergewirbelt und verlangen nach neuen Wegen.
· Nach einem Todesfall sind Sie in tiefer Trauer. Sie kommen an Ihre Belastungsgrenze und wissen nicht, wie es weitergehen soll.

Hier kann es sehr hilfreich sein, eine **systemische Therapie oder Beratung** zu nutzen.

HABEN SIE LUST AUF EINEN PERSPEKTIVEN-WECHSEL?

Sie möchten

· aktuelle Schwierigkeiten schneller überwinden.
· wieder ein entspanntes und fröhliches Familienleben.
· neuen Impulsen nachgehen und Handlungsideen entwickeln.
· sich souveräner, mutiger und leichter Ihren Aufgaben widmen.
· wieder mehr Freude, Hoffnung und Zuversicht spüren.
· Altes bewahren und sich dem Leben wieder öffnen können.

Sie sind motiviert, wollen etwas verändern, wissen aber (noch) nicht **„Wie“?**
Gerne unterstütze ich Sie mit meinem Fachwissen, einen **für Sie** guten Weg zu finden.

MEIN ANGEBOT

Schreiben sie mir bitte eine E-Mail mit Ihrem Anliegen oder hinterlassen Sie eine telefonische Nachricht. Schnellstmöglich melde ich mich bei Ihnen, um eventuelle Fragen zu beantworten und einen Termin zu einem persönlichen Erstgespräch zu vereinbaren.

Möglichkeiten zur Therapie oder Beratung
- einzelne Gespräche
- Kurzzeittherapie / Kurzzeitberatung
- eine therapeutische Begleitung über einen längeren Zeitraum

als
- Einzeltherapie / Einzelberatung
- Paartherapie / Paarberatung
- Familientherapie / Familienberatung
- Gruppentherapie / Gruppenberatung

> Erfahrung ist nicht das,
> was mit einem Menschen geschieht.
> Sie ist das, was ein Mensch aus dem
> macht, was ihm geschieht.
> A. Huxley

seeleben

SYSTEMISCHE THERAPIE UND BERATUNG
SYSTEMAUFSTELLUNGEN

Zertifiziertes Mitglied DGSF www.dgsf.org

WAS IST SYSTEMISCHE THERAPIE & BERATUNG?

Überall, wo Menschen zusammen leben oder arbeiten und gemeinsame Ziele verfolgen, entstehen **Systeme**. Eine Familie / Lebensgemeinschaft ist ein System, genauso wie eine Arbeitsgruppe oder ein Team. Innerhalb dieser Systeme gibt es gewisse Normen, Werte und Vorstellungen, die das Miteinander regeln und Beziehungsmuster entstehen lassen.

Es liegt in der Natur des Menschen, dass wir uns im Laufe unseres Lebens mit etlichen Krisen und Herausforderungen auseinandersetzen müssen. Meistens gelingt uns dies hervorragend.
Doch es gibt auch Situationen, da haben wir schon alles Mögliche probiert und kommen alleine nicht mehr weiter.

In der **systemischen Therapie und Beratung** werden Konflikte positiv bereinigt und Beziehungen sinnvoll geklärt. Wir betrachten den Menschen in seinem Umfeld, in seinem System.
Symptome und Probleme verstehen wir dabei als Ausdruck bestimmter, festgefahrener Beziehungs- und Verhaltensmuster. Sie finden ihre Ursachen im Miteinander des Gesamtsystems. Sie resultieren nicht aus individuellen Fehlern oder bösen Absichten.

Lösungsorientierte Methoden lassen diese Muster erkennen, aktivieren bereits vorhandene **Ressourcen**. Neue, **sinnvolle Handlungsmöglichkeiten** können entwickelt werden. Insgesamt zeigt sich die wechselseitige Verbundenheit unseres ganzen Lebens in größeren Gesamtzusammenhängen.

Meine systemische Grundhaltung
ist geprägt von Respekt,
Unvoreingenommenheit,
Wertschätzung
und Interesse.

REINHILD GAMM

Jahrgang 1965
Verwitwet seit 2002
Partnerschaft / Mutter von 3 Söhnen

Systemische Therapeutin und Beraterin (DGSF)
Systemische Aufstellungsarbeit
Heilpraktikerin-Psychotherapie
Trauerbegleiterin
Studium (Psych.)
Physiotherapeutin (Feldenkrais, Bobath, FBL, u.v.m.)
Tanzpädagogin

Ehrenamtliche Sterbe- und Trauerbegleiterin
Personenzentrierte Beraterin

Fortlaufend Weiterbildungen
Feedback durch Intervision und Supervision
Langjährige Erfahrung in Achtsamkeitsübungen

Mitgliedschaften:

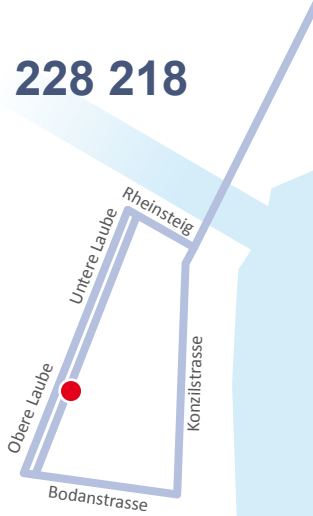
DGSF – Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie e.V.

HOSPIZ KONSTANZ e.V.

seeleben
SYSTEMISCHE THERAPIE UND BERATUNG
SYSTEMAUFSTELLUNGEN

KONTAKT

Reinhild Gamm
Systemische Therapie und Beratung (DGSF)
Heilpraktikerin-Psychotherapie
Obere Laube 63 | 78462 Konstanz
gamm@praxis-seeleben.de

Tel. +49 (0) 176 47 228 218

www.praxis-seeleben.de