

Dr. phil. Georg Odermath
Heilpraktiker (Psychotherapie)
Systemischer Therapeut (SG)
Buchenweg 7, 63165 Mühlheim
Mobil: 0157 - 79 52 47 75
Tel: 06108 - 61 97 17
www.georg-odermath.com
info@georg-odermath.com

Lösungen gestalten



„ Wer wären Sie ohne Ihre Geschichte ? “

Byron Katie

Wege

Manchmal gibt es im Leben Situationen, die Sie vielleicht zweifeln lassen, ob der Weg, den Sie bisher eingeschlagen haben, auch weiterhin sinnvoll ist.

Sie suchen nach Neuorientierung, nach Antworten, wie es weiter gehen könnte. Sie haben vielleicht auch erste Schritte auf einen Neuanfang hin unternommen, wissen aber nicht so recht, wie es weiter geht.

Gerne begleite ich Sie auf Ihrem Weg. Ich unterstütze Sie dabei, Ihre verdeckten Potentiale und Fähigkeiten aufzudecken und diesen immer mehr zu vertrauen. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungen bei kurzfristigen Krisen oder bei Problemen.

Erfahrungen

Viele unserer Handlungen, unser Denken und Fühlen sind das Ergebnis vergangener Erfahrungen. Dadurch entstehen bestimmte Denk- und Verhaltensmuster, die unser Leben prägen. Ge-

meinsam überprüfen wir diese Muster und finden bei Bedarf dafür effektive Alternativen.

Lösungen

Lösungen zu entwickeln, bedeutet, etwas Neues zu wagen.



Methoden der Arbeit

- * Systemische Therapie
- * Gesprächstherapie
- * Verhaltenstherapie
- * PMR - progressive Muskelentspannung

Was ist systemisch ?

Die Systemische Therapie hat als besonderen Ansatz die lösungsorientierte Gesprächsführung, um Beziehungen und Zu-

sammenhänge zu verdeutlichen. So können anhand einer Darstellung, Strukturen eines Systems verständlich gemacht werden.

Systeme können eine Organisation (Firma), eine (Stief-)Familie, ein Paar oder eine einzelne Person darstellen. Entscheidend ist, wie die Personen zueinander und zu sich selbst in Beziehung stehen und entsprechend fühlen, denken und handeln.



Praxis für Systemische Therapie

Dr. phil. Georg Odermath

Beratungsangebote

- * Belastungen, Schwierigkeiten bei der Anpassung an neue Lebenssituationen.
- * Ängste, psychosomatische Beschwerden oder depressive Verstimmungen.
- * Paare und Familien in Krisensituationen.
- * Eltern mit allgemeinen und schulischen Erziehungsproblematiken.
- * Menschen mit stressbedingten Symptomen in Beruf, Schule oder Alltag.
- * Menschen in Sinn- und Lebenskrisen.
- * Burn out- und Stressprophylaxe.
- * Coaching, Mediation, Supervision für Einzelpersonen / Teams / Organisationen.