



# *Lebensberatung*

## *Psychotherapie für Erwachsene*

Mit unserem psychotherapeutischen Angebot unterstützen wir Sie in persönlichen und partnerschaftlichen Krisen.

### **Einzeltherapie**

Manchmal gelingt es nicht, aus eigener Kraft oder durch Gespräche mit Freund/innen und Familie eine persönliche Krise zu überwinden. Die seelischen Probleme bleiben bestehen, man kann sich ihnen allein nur schwer entziehen, und sie beeinträchtigen das tägliche Leben immer mehr.

Bei

- akuten seelischen Krisen und Belastungen,
- Trauer und Verlust,
- Ängsten,
- Gefühlen von Freud- und Hoffnungslosigkeit,
- Zwängen,
- Spannungszuständen und
- psychosomatischen Problemen

bieten wir Ihnen eine psychotherapeutische Behandlung an.



## **Paarberatung**

Eine gemeinsame Beratung kann hilfreich sein, wenn

- Sie nicht mehr miteinander reden können,
- Sie das Gefühl haben, dass das Vertrauen zum anderen gestört ist,
- Ihnen Nähe, Intimität und Zärtlichkeit verloren gegangen sind,
- Sie in Ihrer Partnerschaft wieder mehr Lebendigkeit spüren wollen oder
- Sie an Trennung oder Scheidung denken.

In der Paarberatung geht es darum, „verdeckte“ Beziehungsmuster aufzuklären und Lösungsideen zu entwerfen, die beiden Seiten gerecht werden. Ziel ist es, eine Balance zwischen gemeinsamen und individuellen Bedürfnissen zu finden, die beiden Partner/innen Entwicklung ermöglicht.

So können Sie einen Termin für eine Beratung vereinbaren:

**Telefonisch:** (041 21) 7 10 35

**Per Fax:** (041 21) 14 46

**Per Mail:** [pte@die-diakonie.org](mailto:pte@die-diakonie.org)

**Persönlich:** Mo – Fr von 9 – 12 Uhr und

(im Sekretariat) Mo – Do von 13 – 15 Uhr

## **Offene Sprechstunden:**

**in Elmshorn:** Di von 17 – 18 Uhr und Do von 9 – 11 Uhr

**in Barmstedt:** Mi von 17 – 18 Uhr

## **Diakonie Rantzeau-Münsterdorf · Lebensberatung**

Alter Markt 16 · 25335 Elmshorn

[www.die-diakonie.org](http://www.die-diakonie.org)

