



Gestaltterapi

Gestaltterapi er en terapiform, hvor der tages udgangspunkt i, at problemer ikke kun opleves mentalt, men også fysisk (i kroppen): At kroppen husker og at kropsimpulserne afgør, hvad der er rigtigt og forkert for dig.

Kroppen indeholder således alle de nødvendige informationer.

Ved hjælp af terapien opbygges en større følsomhed og lydhørhed overfor dine kropslige impulser, og du lærer at bruge dem som udgangspunkt for meninger og handlinger.

Min baggrund

Jeg har i mange år arbejdet med socialt belastede børn og unge og deres familier.

Min basisuddannelse er socialpædagog fra Haderslev Statsseminarium 1986.

Som overbygning har jeg taget psykoterapeut uddannelsen på Institut for Gestaltanalyse på Bjødstrup Gl.Skole, hvor Jeg er under stadig videreuddannelse.

Jeg er offentligt ansat som familiebehandler.

Det gode liv...

v/ Gestaltterapeut og
familiebehandler:
Anette Klakk Egebæk
Ærøvej 21
6100 Haderslev

Tidsbestilling: 18-20
Tlf. nr.: 23289151
anette@klakk.dk
www.klakk.dk



Det gode liv...



Livgivende samtaler

Oplever du:

- flere dårlige dage end gode?
- manglende glæde og energi?
- sorg, angst eller ensomhed?
- konflikter i dit parforhold, venskab eller på jobbet?
- kriser som dødsfald, skilsmisse, ulykke eller depression?

og ønsker du

- at udvikle dig personligt?
- at leve i overensstemmelse med dig selv?
- at blive mere tilfreds?
- at mærke at livet er meningsfuldt?
- at få redskaber til dybere indsigt i dine følelser og udviklingsmuligheder?
- at få livsenergien tilbage?
- at leve mere lidenskabeligt og intenst?



Så tilbyder jeg:

- individuelle psykoterapeutiske samtaler.
- ved hjælp af forskellige teknikker at arbejde med:

* drømme

* kropsterapi

* afspænding



Ved samtalerne er det **dig**, der bestemmer hvad vi skal tale om. Det er **dig** der er eksperten i dig.

Jeg tager ansvaret for at samtalen foregår fortroligt, kontaktfuldt og omsorgsfuldt.

Jeg tager ansvaret for at skabe mulighed for at du får undersøgt og indsigt i dit besvær – at du bliver i stand til at arbejde med dit besvær på, en for dig, konstruktiv måde.

