

ENTWICKLUNG GESTALTEN.

IHR TERMIN BEI MIR

**Ich arbeite systemisch-integrativ.
Die Systemische Therapie gehört zu den
sogenannten Kurzzeittherapien.**

**In der Regel dauert meine therapeutische Begleitung
zwischen 7 und 15 Sitzungen zu je 60 bis 75 min.**

Die tatsächlich benötigte Zeit hängt stark von Ihrer eigenen Motivation und Umsetzung der Impulse ab. Da ich methoden-integrativ arbeite, haben Sie die Möglichkeit bestimmte Verfahren z.B. aus der Hypnosearbeit zu kombinieren. Das verkürzt häufig die Anzahl der Termine.

Sie können mich und meine Arbeit ganz entspannt kennenlernen. Dazu vereinbaren Sie eine Sitzung zum Erstgespräch. Hier nehme ich mir bis zu 90 Minuten Zeit für Sie und Ihr Anliegen. So können Sie prüfen, ob Sie mit mir zusammenarbeiten möchten und ich kann feststellen, ob ich die Richtige für Ihr Thema bin. Erst danach entscheiden Sie sich für die Weiterarbeit und die eigentliche Therapie. Lassen Sie unser Gespräch auf sich wirken und schlafen Sie drüber. Dann geben Sie Bescheid, ob Sie sich eine gemeinsame Arbeit vorstellen können.

Als Entwicklungsbegleiterin gehe ich davon aus, dass ich Sie über eine gewisse Zeit in Ihrem Prozess begleite. Ich arbeite von Anfang an ressourcenorientiert. Mein Anspruch ist, Sie so lange wie nötig und dabei so kurz wie möglich zu begleiten. Wenn wir gemeinsam bemerken, dass Sie zurück in Ihrer Kraft sind und Ihr Ziel erreicht haben, beenden wir die Sitzungen, dies kann auch schon nach wenigen Terminen sein.

Gerne beginne ich mit Ihnen in einem regelmäßigen Sitzungsintervall in kleineren Abständen, das bei Bedarf in einen 3- oder 4- oder 6-wöchigen Rhythmus übergeht.

Wir halten regelmäßig inne um zu überprüfen, inwiefern Ihre anfangs bestimmten Ziele erreicht wurden.

Ich freue mich auf Sie!

REBECCA HOFER-WARTH
ENTWICKLUNGSBEGLEITERIN

DRANBLEIBEN

Sie haben im Anschluss an die Begleitung immer die Möglichkeit einen sogenannten »Geländer-Termin« zu vereinbaren.

Diese Termine werden sehr geschätzt, denn so haben Sie immer wieder einen Anker im Alltag und können Ihre Entwicklungsschritte reflektieren oder auch intensivieren.

