



SIBEL WABERER

Psychotherapeutin in Ausbildung
unter Supervision.
Integrative Gestalttherapie

ÜBER MICH

—
„Der Gestalttherapeut ist in Bewusstheit und Interaktion ein menschliches Wesen. Für ihn gibt es kein reines Patiententum. Es gibt nur den Menschen in Beziehung zu seiner sozialen Umwelt, der sich zu entwickeln versucht, indem er alle Aspekte seines Selbst integriert.“

MIRIAM UND ERVING POLSTER

SIBEL WABERER
PSYCHOTHERAPEUTIN IN AUSBILDUNG
UNTER SUPERVISION

Ich bin überzeugt, dass in jedem Menschen das Potential liegt, mit schwierigen Lebensumständen umzugehen. Gemeinsam schaffen wir einen guten Boden, auf dem Veränderungen stattfinden können. Als Psychotherapeutin unterliege ich einer absoluten Verschwiegenheitspflicht – sowohl während als auch nach der Behandlung –, sodass Sie in einem geschützten Rahmen frei erzählen können.

PSYCHOTHERAPIE

—
„Was ist, darf sein, und was sein darf, kann sich verändern.“
WERNER BOCK

—
„Veränderungen finden von allein statt. Wenn wir tiefer in das eindringen, was wir sind, wenn wir akzeptieren, was da ist, kommen die Veränderungen von allein. Das ist das Paradoxon der Veränderung.“
FRITZ PERLS, einer der Begründer der Gestalttherapie

Psychotherapie ist ein wissenschaftlich fundiertes Behandlungsverfahren. Es dient der Behandlung von psychischen und psychosomatischen Erkrankungen, der Begleitung durch (Lebens-)Krisen und individuellen Leidenszuständen.

Als Therapeutin begleite ich Sie dabei, Ihre Wahrnehmungen, Gefühle und Einstellungen zu erforschen und zu erfahren. Durch eine offene, wohlwollende Haltung unterstütze ich Sie, dieses Erleben vor dem Hintergrund Ihrer ganz persönlichen Lebensgeschichte zu verstehen und anzunehmen.

INTEGRATIVE GESTALTHERAPIE

—
"Als ich aufhörte, zu kämpfen und an einer Änderung zu arbeiten, als ich Wege fand zu akzeptieren, wie ich bereits geworden war, entdeckte ich, dass ich mich gerade dadurch veränderte. Anstatt mich behindert und unzulänglich zu fühlen, wie ich befürchtet hatte, fühlte ich mich wieder ganz. Ich erlebte ein Wohlbefinden und eine Fülle, die ich zuvor nicht gekannt hatte"
ARNOLD R. BEISSER, in seiner Autobiographie "Wozu brauche ich Flügel? Ein Gestalttherapeut betrachtet sein Leben als Gelähmter".

Die Integrative Gestalttherapie ist ein existenzieller, erfahrungszentrierter und experimenteller Ansatz. Ausgehend vom Hier und Jetzt – von dem was ist – wird vor dem Hintergrund der Lebensgeschichte mit dem gearbeitet, was unmittelbar zugänglich ist. Ich unterstütze Sie auf dem Weg zu mehr Bewusstheit für die eigene Situation. Durch Gespräche und Interventionen (Experimente, szenisches Arbeiten, kreative Methoden, Körperarbeit etc.) können wir gemeinsam Ihre Anliegen bearbeiten und erwünschte Veränderungen entstehen lassen.

RAHMENBEDINGUNGEN

In meiner Praxis arbeite ich mit jungen Erwachsenen, Erwachsenen und Paaren.

Meine Arbeitsschwerpunkte sind:
_ Angst-/Panikstörungen
_ Beziehung – Partnerschaft – Ehe
_ Persönlichkeitsentwicklung
_ Strukturelle Störungen/Persönlichkeitsstörungen
_ Frauen-Themen
_ Psychotische Störungen
_ Selbsterfahrung
_ Traumatische/belastende Erfahrungen
_ Kontaktstörungen (zB Asperger, Hypersensitivität,...)

Eine psychotherapeutische Einzelsitzung dauert 50 Minuten, eine Doppelsitzung oder Paartherapie 90 Minuten.

Dauer und Frequenz der Therapie werden gemeinsam mit Ihnen individuell abgestimmt. Sollten Sie nicht sicher sein, ob Psychotherapie für Sie hilfreich sein kann, haben Sie auch die Möglichkeit ein Informationsgespräch zu vereinbaren. Es dauert 20 Minuten und ist kostenlos.

Ein Kostenzuschuss durch die Krankenkasse ist für meine Leistung nicht möglich.



SIBEL WABERER

Berggasse 5a. 2130 Mistelbach
Tel: 0670/2066002
mail@sibelwaberer.at
www.sibelwaberer.at

