

*„Therapie ist eine gemeinsame
Wanderung in der Gegenwart
mit Blick in die Zukunft und
gelegentlicher Rückschau in
die Vergangenheit.“*



Sylvia Sager, MSc

Psychologin,
Psychotherapeutin in
Ausbildung unter Supervision

Bundesstraße 3
6460 Imst

Termine nach Vereinbarung

0676 9727 875

kontakt@psychotherapie-sager.at

www.psychotherapie-sager.at

Wegbegleiterin

Praxis für Integrative Therapie



Sylvia Sager, MSc

**Begleitung und Bewältigung
von Frauenthemen**

*Das Leben einer Frau hält
verschiedenste
Herausforderungen bereit.
Gerne bin ich ein Stückweit
Wegbegleiterin – gemeinsam
finden wir kreative Wege des
entspannten und
selbstbestimmten Frau-Seins.*

Themen können sein:

- Entspannte und selbstbestimmte Schwangerschaft & Geburt
- Rollenkonflikte in der Gesellschaft
- Im Einklang mit dem Zyklus leben
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Bewältigung von Fehl- oder Totgeburt
- Entspannt Mama-werden & -sein
- Begleitung und Verarbeitung von Schwangerschaftsabbruch
- u.v.m

In der Fachrichtung **Integrative Therapie** stehen uns neben dem Gespräch ein breites Spektrum an **Möglichkeiten** zur Verfügung. So können wir umfangreiche **Erkenntnisprozesse** erleben. Unserer **Kreativität** sind keine Grenzen gesetzt. Elemente wie Musik, malen, schreiben u.v.m. können mit einfließen.

Naturerleben, Entspannung, Achtsamkeit & Kreativitätsförderung

können eingebettet in eine Psychotherapie, begleitend zu laufenden Behandlungen oder als Maßnahme zur **Prävention**, Förderung **mentaler Gesundheit** & **Stressabbau** in Anspruch genommen werden.

Gruppenangebot

In der Gruppe profitieren die TeilnehmerInnen vom gegenseitigen Erfahrungsaustausch und Verständnis.

Sternenkinder – Verarbeitung und Bewältigung von Fehl- oder Totgeburt

Eine „kleine Geburt“ kann im Leben der Eltern ein einschneidendes Ereignis sein. In unserer schnelllebigen Welt wird diesem oft zu wenig Zeit gewidmet. Wir nehmen uns gemeinsam bewusst diese Zeit, den Verlust zu betrauern und zu verarbeiten. (auch für Väter)

Weitere Angebote und Informationen unter:

www.psychotherapie-sager.at/gruppenangebot

In einem kostenlosen Erstgespräch können Sie hinspüren, ob Sie das Gefühl haben mit mir die richtige Wegbegleiterin gefunden zu haben. Ich freue mich auf ein Kennenlernen.