

Esstörungen

(a) typische Essstörungen

- Das Essen fällt immer wieder schwer?
- Zuführtes Essen darf nicht drinnen bleiben?
- Die Gedanken drehen sich ständig um das (nicht) Essen?

Emotionales Essen

- Essen ist ein Ventil für die eigenen Emotionen?
- Belastende Gedanken/Ereignisse werden versucht mit dem (nicht) Essen unter Kontrolle zu bringen?
- Es wird Zeit sich mit den eigenen Gefühlen/Gedanken dahinter zu beschäftigen?

Sonstige Essstörungen

- Die Menschen im Umfeld äußern sich negativ über den Körper?
- Einschränkungen und Unwohlsein im eigenen Körper machen sich bemerkbar?
- Es fällt immer wieder schwer, Kontrolle über das Essen zu behalten?

Was kann ich für Sie tun?

Ich arbeite seit mehreren Jahren intensiv mit jeder Art von Essauffälligkeit. Mein Augenmerk liegt darauf gemeinsam, mögliche Beweggründe, sowie alternative Verhaltensweisen im Umgang mit dem Erfahrenen zu erarbeiten und erfolgreich umzusetzen.



Mag. Ingrid Teodor

Individualpsychologische Analytikerin
Kinder und Jugendlichen Psychotherapeutin

Praxis

Rudolfstraße 14
4040 Linz



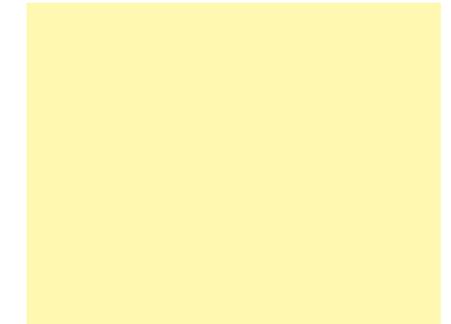
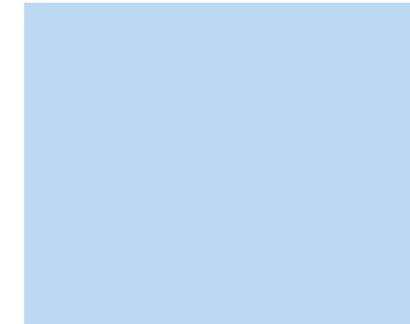
Homepage

Kontakt

Handy: +43 660 60 240 81

Email: psychotherapie@praxis-teodor.at

Homepage: www.praxis-teodor.at



Mag. Ingrid Teodor

Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche
Individualpsychologische Analytikerin

Kinder und Jugendliche

Kindheit

- Dich plagen Sorgen und Ängste?
- Die Anderen sind gemein zu dir?
- Dein Umfeld macht sich Sorgen um dich?

Pubertät und junges Erwachsenenalter

- Jeder versucht sich in dein Leben einzumischen?
- Dein Körper und deine Gefühle werden zu einem großen Thema?
- Du stehst vor wichtigen Entscheidungen?

Was kann ich für dich tun?

Kinder zeigen im Spiel was sie in ihrem Leben beschäftigt. Mithilfe verschiedener Materialien werden die Sorgen und Ängste der Kinder gemeinsam betrachtet und schonend aufgearbeitet. Das Einbeziehen des Umfeldes ist dabei besonders wichtig.

In der Pubertät kommen neue Lebensthemen auf einen zu, und manchmal scheint es, als würde die Welt Kopf stehen. Ich nehme mich deinen Themen mit großer Sorgfalt an und werde dich so gut ich kann unterstützen.

Familien

Beziehung - Partnerschaft - Ehe

- Sie drehen sich mit dem/der PartnerIn immer wieder im Kreis?
- Ein für die Beziehung belastendes Ereignis beschäftigt Sie?
- Sie haben sich bereits auf eine einvernehmliche Scheidung geeinigt und suchen nun Beratung nach § 95 Abs. 1a AußStrG?

Erziehungs- Elternberatung

- Ihr Kind zeigt Verhaltensweisen die Ihnen neu erscheinen?
- Es zieht sich immer mehr zurück oder hört auf niemanden mehr?
- Sie sind sich nicht sicher, wie Sie bestimmte Themen mit Ihrem Kind ansprechen sollen?

Was kann ich für Sie tun?

Manches Mal benötigt man neue Perspektiven um auf bestimmte Themen zu blicken. Wenn Sie das Gefühl haben, dass sich Ihre Beziehung zu Ihrem/Ihrer LebenspartnerIn und/oder Kind verändert hat, biete ich Ihnen den nötigen Rahmen, gemeinsam nach neuen Perspektiven und Lösungswegen zu suchen.

Die Beschäftigung mit dem Familiensystem ermöglicht es Ihnen intrafamiliäre Prozesse nachzuvollziehen. Dadurch kann ein entspannteres Zusammenleben wieder möglich sein.

Gruppen

Soziale Kompetenz

- Soziale Kontakte fallen dir schwer, du bist schüchtern?
- Du möchtest lernen mit deinen Emotionen besser umzugehen?
- Du möchtest selbstbewusster werden?

Skills Training

- Deine Emotionen sind immer wieder so stark, dass du dich selbstverletzt?
- Du hast immer wieder Momente in denen du dich leer und wie erstarrt fühlst?
- Was kannst du machen, wenn deine Gefühle/Gedanken wieder so stark werden?

Was kann ich für dich tun?

Um manche Themen gut bearbeiten zu können benötigt es die Gruppe. Gruppen dienen dazu sich selbst und das Gegenüber besser verstehen zu lernen. Im Gruppenprozess können die eigenen Verhaltensmuster betrachtet und gegebenenfalls modifiziert werden. Durch die erlangten Skills, können Herausforderungen entspannter bewältigt werden.

Die Gruppentherapie kann unterstützend zu einer Einzeltherapie besucht werden.