Rettinger Therapie

Praxis der vielfältigen Möglichkeiten
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Wer ins Wasser springt, taucht in ein Meer voller Möglichkeiten

Jugendliche

Niemand behauptet, das Erwachsenwerden sei einfach. Da ist die Suche nach der ***eigenen Identität,*** der mitunter ***konfliktreiche Ablöseprozess*** und das Sich-Behaupten innerhalb der eigenen ***Peergroup.*** Gleichzeitig droht ***Schulstress*** und eine erste ***berufliche Orientierung*** steht an. Doch Zugang zu den Heranwachsenden zu finden, ist nicht immer leicht.

In dieser Phase stehe ich mit ***altersgerechten, professionellen Tools*** zur Seite.

Kinder

... stecken inmitten ihrer ***rasanten Entwicklung,*** sie lernen jeden Tag dazu. Manch Hürde muss hierbei genommen werden. Dies gelingt nicht immer sofort oder auf die hilfreichste Art und Weise. So können sich hinderliche ***Verhaltensweisen*** oder ***Symptome*** entwickeln, für deren ***Bewältigung*** sie geeignete Impulse benötigen.

Der ***systemisch-integrative Ansatz*** bietet viele ***spielerische und kreative Methoden,*** um Ihre Kinder zu unterstützen.

Erwachsene

Ob einfach nur als Erwachsener oder auch in unserer Familienrolle – wir haben unsere eigenen ***Bedürfnisse.*** Doch wie finden wir im ***Work-Life-Family-&-Friends***-Stress unsere Balance? Welche verinnerlichten ***Glaubenssätze*** hindern uns und wie managen wir all unsere persönlichen ***Erwartungen?*** Idealerweise noch bevor der ***Stress*** uns in die Knie zwingt, der ***BurnOut*** anklopft oder Beruf und Familienfrieden leiden.

Mit ***modernen, kurzzeitigen und lösungsorientierten Methoden*** suchen wir nach Ihrem persönlichen Lebensmodell.

Körperorientiert

Unter Körpertherapie werden Therapieansätze verstanden, die davon ausgehen, dass Lebenskrisen und Traumata, aber auch ungelebte Möglichkeiten und Ressourcen körperlich verankert sind und damit auch über den Körper angesprochen und bearbeitet werden können. Meist ist das Ziel der Behandlung die Bewältigung und Aufarbeitung von psychosomatischen Beschwerden, Unterstützung des/der Klientin im Umgang mit sich selbst, oder Hilfe zur Selbstentwicklung und Selbstfindung. Hierbei geht der Körpertherapeut von der Annahme aus, dass die Kraft nicht ausgedrückter Gefühle in Form von körperlichem Unwohlsein bis hin zur Krankheit, sowohl körperlich als auch seelisch, im Körperbewusstsein bleibt. Dabei bedient er sich verschiedener Methoden.

www.rettinger-therapie.de

Kontakt

Christina Rettinger | Isarpraxis

Praxiszeiten: Montag, Dienstag und Mittwoch
Und nach Vereinbarung.
Telefonische Erreichbarkeit: Montag bis Freitag

Büro
Pirchingerstr. 2 | 81929 München
Tel.: 089 | 93 92 67 40
Mobil: +49 175 2475559
Email: info.rettinger@gmail.com

Praxis
Wolfratshauserstr. 246 | 81479 München-Solln
Tel.: 089 / 74 05 24 20
Fax: 089 / 74 05 24 21