

## Methoden

Im Psychodrama vereinigen sich individualistische Ansätze (Blick auf Ihr Rollenrepertoire im Leben) und systemische Sicht (Ihre Arbeitswelt, Familienkontext) Problemstellungen werden bildhaft sichtbar durch Symbole, Aufstellungen und im Spiel - Lösungen können vorher ausprobiert werden.

## Martin Geiger

Psychotherapeut | Psychodrama, Musiktherapeut;  
mobil: **0699-17003139** - web: **www.w4psy.at**  
Praxis im Zentrum - Hauptplatz 1 - Mistelbach 2130

Alle Termine und Angebote der Praxis sind auf der website teils mit ausführlichen Hintergrundinformationen beschrieben.

## Psychotherapie, Coaching

Einzelstunden, Methode Psychodramatherapie.

## Paartherapie

Als Hilfe in Krisen, individuelles setting.

## Psychotherapiegruppe Burnout

Einstieg je nach Stand der laufenden Gruppen. 14-tägig für 10-15 Abende, auch mit Kassenverrechnung.

## Psychotherapiegruppe Follow<sup>UP</sup>

Zum Kennenlernen von Psychotherapie und zur Nachbehandlung, Halbjahresgruppe, auch mit Kassenverrechnung.

## Teamtraining

Vorgespräche mit Leitung und Team, Infoworkshop, Konzepterstellung, Durchführung als 1-2 Tage Seminar.

# Psychotherapeutische Angebote

**Martin Geiger** Psychotherapeut  
Praxis im Zentrum - Hauptplatz 1 - Mistelbach

## ...erschöpft

Hilfreiches bei [börn:aut]

Burnout entsteht durch langfristig wirkende einseitige Belastungen, z.B. fehlende Erholung,

mangelnde Anerkennung oder Erfolg, Raubbau an Kräften durch z.B. ständiges Überschreiten von Grenzen oder durch überhöhte Leistungsanforderungen. Es kommt in vielen Berufsfeldern sowie auch im privaten Bereich vor. Es ist definitiv keine Modekrankheit!

In der Therapie sind die persönlichen Grundmuster, welche in die Erschöpfung geführt haben Thema. Im Zusammenwirken mit den organisatorischen Rahmenbedingungen bringen sie Erschöpfung mit sich. Bei starker Betroffenheit (körperliche Symptome) geht es zuerst darum, wieder zu Kräften zu kommen. Danach werden neue Strategien entwickelt.

## entzweit

Angebote für Paare

Grundlage von Partnerschaft ist der passende Umgang mit den Bedürfnissen der PartnerIn. Ob still /

laut geäußert, verstanden, erfüllt, verweigert, beneidet oder neugierig erlebt - immer trägt dies wesentlich zur Inszenierung einer Partnerschaft bei. Die Regie dazu führen beide PartnerInnen.

In der Paartherapie wird Aufmerksamkeit für sich, den/die PartnerIn und für das Gemeinsame wieder entwickelt sowie gemeinsame Ziele neu abgesteckt. Zu neuen partnerschaftlichen Vorhaben gehören meist auch neue Rollen.

Manchmal beginnt die Arbeit eines Paares mit dem Kommen von einem/er PartnerIn alleine.

## follow up

Psychotherapiegruppe

Eine psychotherapeutische Gruppe ist ein "Topf" voll von gesammelter Lebenserfahrung und vielen

Rollenerfahrungen, die von und für die TeilnehmerInnen zugänglich gemacht werden. Die Mitglieder einer Gruppe erleben auch als Zuhörende viel Persönliches stellvertretend mit. Eine Gruppe bietet Rückhalt und gleichzeitig auch Ansporn zu Neuem. Es ist eine Probebühne dafür.

Für wen ist diese Gruppe angeboten?

- Menschen mit /ohne Psychotherapieerfahrung
- zur Fortsetzung z.B. nach Einzeltherapie
- zur Begleitung nach stationären Aufenthalten
- lebensbegleitend als Entwicklungsfeld