



Lone Stenberg Winfield

Terapeutiske træningsamtaler

Støder du gentagne gange på problematiske situationer i dit liv, som du måske ikke præcis ved hvad handler om eller føler du ofte at:

- ***du ikke slår til, at du er tynget af mindreværd, skam eller skyld?***
- ***du har svært ved at udtrykke og stå fast ved din mening i dine relationer?***
- ***du er nedtrykt, vred, irriteret eller sorgfuld?***
- ***du har svært ved at sige til og fra, - mærke dine egne behov?***

Så kan terapi hjælpe dig ved at give dig mulighed for at undersøge og opnå indsigt i gamle vaner og mønstre, som måske præger din hverdag og som er begrænsende for dig i forhold til at leve det liv, du inderst inde gerne vil leve.

Jeg kan tilbyde dig terapeutiske træningsamtaler, som en afsluttende del af min uddannelse til psykoterapeut. I trygge rammer og med tavshedspligt, vil jeg kunne hjælpe dig med at forholde dig til det, du synes er svært. Sammen med dig, vil jeg på en omsorgsfuld måde, støtte dig i den proces det er, at gå på opdagelse i, hvordan du oplever dit liv.

Kort omkring mig selv, så er jeg 45 år, gift og har 2 børn. Jeg er uddannet pædagog og har i flere år været beskæftiget indenfor børne-, unge og familieområdet og arbejder ligeledes som rådgiver på STOP-linien.

Du er velkommen til at kontakte mig på mobil 22769920 eller på e-mail: lonewinfield@yahoo.dk



**En terapeutisk træningsamtale varer 60 min. og finder sted på:
Psykoterapeutisk Institut, Jorcks Passage opg. B, 2. sal, 1162 København K**

**Pris kr. 250,-
For studerende på PI kr. 150,- Beløbet går til supervisor.**