

## Har du lyst til forandring?

### Kender du til en eller flere af nedenstående punkter:

- at føle dig forkert, ikke god nok og være bange for, hvad andre tænker om dig
- at føle dig trist eller vred uden helt at vide hvorfor
- at sidde med komplicerede familierelationer
- at have svært ved at indgå i nære relationer
- at have oversamarbejdet som barn
- at have svært ved at kunne mærke dig selv, dine følelser og behov
- at føle tæppet pludselig blive revet væk under dig og finde dig selv i en helt ny livssituation
- at føle dig ensom og forladt
- sorg – både ny og gammel
- angst
- at have svært ved at sætte grænser

Jeg ved at det er muligt at skabe forandring og genfinde sig selv.

### Du er i fokus

Jeg tilbyder dig et trygt, lyttende og omsorgsfuldt rum, hvor jeg er sammen med dig. Jeg går med dig hele vejen, og jeg hjælper dig med at finde ud af, hvad der foregår i dig. Sammen undersøger vi, hvorfor du føler, reagerer og handler, som du gør. Og i fællesskab gør vi din nye og større forståelse af dig selv til grundlaget for at du kan begynde at ændre dine tanker og handlemønstre og der igennem skabe din vej til opnåelse af det liv du ønsker at leve.

### Lidt om mig

Jeg er 33 år og har tidligere læst til sygeplejerske, men det jeg brænder for er at skabe et rum, skabe den plads og ro der giver et menneske mulighed for personlig fordybelse og forandring. Jeg er nu 4. års studerende på Psykoterapeutisk Institut og er godkendt til at tilbyde terapeutiske træningssamtaler, hvor jeg naturligvis har fuld tavshedspligt.

Mine sessioner foregår på Psykoterapeutisk Institut, Jorcks Passage Opgang B, 2. sal, København K.

### Priser

Kr. 250,- for 60 minutters session

Kr. 150,- for studerende på Psykoterapeutisk Institut

### Kontakt

Julie Bache Hansen

Telefon: 28518818

Mail: [bachehansen@yahoo.com](mailto:bachehansen@yahoo.com)



Ring eller send en mail med dit navn og dine kontaktoplysninger. Så kontakter jeg dig hurtigst muligt.