



Praxis für Einzel- und Paartherapie

Die »Paarwanderung«

Eine liebevolle, langjährige und leidenschaftliche Partnerschaft erfordert, dass man authentisch, integer und erwachsen wird.

Dies bedeutet, dass man Unbehagen und Angst selbst regulieren kann, auch unter Anpassungsdruck oder Verlustangst nach den eigenen tiefen Überzeugungen und Werten handelt und auf eigenen Füßen steht. Auch Geduld und Ausdauer werden gebraucht.

Nach unserem Verständnis ist Partnerschaft nicht ausschließlich ein Ort der Geborgenheit und Sicherheit und sicher nicht der Ausgleich für enttäuschende oder verletzende Kindheitserfahrungen. Sie ist die Wiege für Entwicklung, Wachstum und Potentialentfaltung und das schrittweise Auflösen des Gefängnisses, welches aus den Überlebensmustern der Kindheit besteht.

Dieses Ziel erreichen wir durch Differenzierung. Differenzierung löst Unbehagen aus. Wir verlassen den eingeschliffenen Komfortbereich unseres Arrangements mit uns, unserem Partner und unserem Leben.

In der Paartherapie arbeiten wir zu zweit. Mein Mann, Facharzt für Neurologie und ich, nach dem differenzierungs-basierten, neurobiologischen Ansatz von David Schnarch.

Weitere Informationen finden Sie auf meiner Website.

Kosten für 50 bis 60 Min.

Vorgespräch	80,- €	
Einzeltherapie	60,- bis 120,- €	nach Vereinbarung
	45,- €	Studenten und Sozialsatz
Paartherapie	100,- €	

Die gesetzlichen Krankenkassen rechnen nicht mit Heilpraktikern für Psychotherapie ab.

Private Kassen, die Beihilfe und Zusatzversicherungen übernehmen je nach Vertrag einen Teil des Honorars.

Informationen zu Finanzierungshilfen finden Sie auf meiner Homepage.

Kontakt

Praxis für Einzel- und Paartherapie

Susanne Rivoir · Heilpraktikerin für Psychotherapie

Forststraße 9

75223 Niefern-Öschelbronn

Telefon 07233 841463

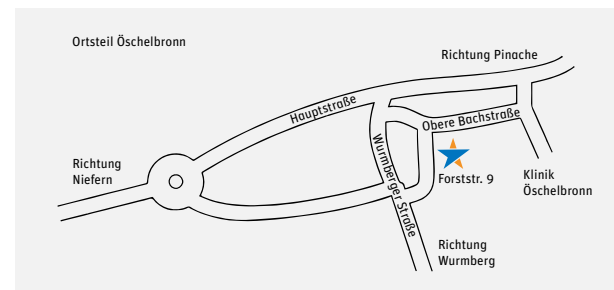
kunst@susannerivoir.de · www.susannerivoir.de



Andreas Rivoir



Susanne Rivoir



Heilpraktikerin für Psychotherapie

- Coaching
- Gesprächstherapie
- Traumatherapie
- Paartherapie



Die »Bergwanderung«

Sie haben ein Ziel vor Augen, vielleicht ist das Ziel aber auch noch im Nebel, verworren oder unklar, doch Sie spüren: Sie wollen wohin!

Nehmen wir an, zwischen Ihnen und Ihrem Ziel liegt ein hoher Berg. Sie sind vielleicht ungeübt in Bergwanderungen oder glauben, es allein nicht zu schaffen. Darum sind Sie auf der Suche nach einer Bergführerin.

Eine Bergführerin, die mit Ihnen neue Wege entdeckt, die deuten kann, was die aufkommenden Wetterphänomene bedeuten. Die mit Ihnen neu auftauchende Ausblicke in unbekannte Landschaften erkundet, die Werkzeuge zur Verfügung stellt, um schwierige Wegstrecken zu überwinden. Die Verbandsmaterial für mögliche Blasen und Blessuren dabei hat und die Sie in dunklen Abgründen und über Felsspalten hinweg begleitet.

Und vor allem: die Ihre eigenen Ressourcen, Ihre eigenen Fähigkeiten der Bergbesteigung zusammen mit Ihnen entdeckt.

Ob ich für Ihre Bergüberquerung die Richtige bin, ob Sie Vertrauen zu mir entwickeln können, erkunden wir in einem Vorgespräch. Sollten wir uns zu einer gemeinsamen Wanderung entschließen, kann ich Ihnen versichern, dass Sie viel Neues über sich und die Bergwelt erfahren werden und nützliche Werkzeuge für Ihren weiteren Weg erhalten.



Der »Berg«

Meiner Erfahrung nach können fast alle Berge darauf zurückgeführt werden, dass wir, oft sogar ohne es zu merken, in ungeklärten, belastenden inneren oder äußeren Beziehungen leben, mit uns selbst, unseren (eventuell auch schon verstorbenen) Eltern, unserer Partnerin oder unserem Partner, unseren Kindern, Freunden, Arbeitgebern und Kollegen. Dies kann sich äußern in:

- Psychosomatischen Beschwerden und Krankheiten
- Chronischen Schmerzen, Krebs, Migräne und MS
- Angst- und Panikerkrankungen
- Depressionen und Suizidgedanken
- Burnout, Unruhe, Schlafstörungen und Konzentrationsschwäche
- Schul- und Entwicklungsschwierigkeiten

Die »Werkzeuge«

Nach vielen verschiedenen psychotherapeutischen Ausbildungen arbeite ich heute mit dem Ansatz, welcher auch mir persönlich die stärkste Entwicklung gebracht hat und mit dem ich mich darauf vorbereitet habe, eine möglichst furchtlose und umsichtige Bergführerin zu sein.

Differenzierungs- und Mindmapping basierte Psychotherapie (nach Dr. David Schnarch):

Je höher Ihr Differenzierungsgrad wird, umso klarer wird Ihnen, wer Sie sind. Sie kennen Ihre Stärken, aber auch dunklen Seiten, vertreten Ihre Werte und Ziele, können aber auch flexibel auf andere eingehen, wenn es Sinn ergibt. Und Sie lernen immer besser, sich selbst zu beruhigen und müssen dadurch nicht mehr angreifen oder dem Drang folgen wegzulaufen. Mit höherem Differenzierungsgrad können Sie auch in emotional sehr belastenden Situationen angemessen und maßvoll reagieren und sind bereit, Unbehagen zu ertragen um der persönlichen Entwicklung oder der Weiterentwicklung einer Ihnen am Herzen liegenden Person oder Sache willen.

Sie lernen sich selbst Halt zu geben.

Die Neurowissenschaft des **Mindmapping** beschreibt die angeborene Fähigkeit des Menschen, sich eine Landkarte von den Gedanken, Gefühlen, Motiven und Absichten anderer Menschen zu erstellen. Über Mindmapping bildet sich das kindliche Selbstbild als Spiegel dessen, welche Bedeutung das Kind für die Eltern hatte und hat. Durch Mindmapping werden die Muster geprägt, und Sie können durch das Verhalten der Bezugspersonen offensichtlich oder auch subtil traumatisiert werden. Diese Erfahrungen prägen unseren ganzen Leib, unser Gehirn, unser Immunsystem und damit auch unsere Gesundheit und wie wir denken, fühlen und handeln. Doch je realistischer das Bild von den Menschen wird, die Ihr Gehirn geformt haben, umso mehr erkennen Sie Ihr eigenes, ursprüngliches Potenzial und gelangen zu neuer, tiefgreifender Selbsterkenntnis, Selbstachtung und echtem Selbstbewusstsein, jenseits der Prägungen.

Die Wege, die Sie gehen werden, führen zur Differenzierung des Selbst und ermöglichen es Ihnen, die (Überlebens-)Muster der Kindheit zu verlassen, um Ihr ganzes Potential entfalten zu können.

Hierfür orientiere ich mich sowohl an den Ergebnissen der modernen Hirnforschung als auch an einem spirituellen Menschen- und Weltbild.

Für Ihre ganz persönliche Bergwanderung sollten Sie die Bereitschaft mitbringen,

- sich mit sich selbst auseinanderzusetzen
- sich Ihren Ängsten, Grenzen und dunklen Seiten zu stellen
- eigene Projektionen und verzerrte Sichtweisen erkennen zu wollen
- unangenehme Einsichten in Bezug auf Ihre Herkunftsfamilie zu akzeptieren
- das Unbehagen und die Schmerzen anzunehmen, die jeden Wachstumsprozess begleiten