

Mit Menschen Wege gehen

Gespräche und Psychotherapie



Adelheid Gromberg
Diplom-Psychologin

Neue Große Bergstr. 9 Tel 040 - 594 56 0 56 www.gromberg.com
22767 Hamburg-Altona Fax 040 - 594 56 0 58 praxis@gromberg.com

Die Praxis ist 2 Fußminuten vom Bahnhof Altona entfernt und befindet sich in der Fußgängerzone Neue Große Bergstraße im Gebäude der Hamburger Sparkasse.

Mit Menschen Wege gehen

Auf viele Ereignisse sind wir oft ungenügend vorbereitet. Sei es eine Krankheit, ein Unfall oder eine Straftat, deren Opfer man wird. Auch chronische Schmerzen oder andere langanhaltende Probleme im Leben können uns „aus der Bahn“ werfen. Häufig blockiert uns dies **so, dass wir Schwierigkeiten haben, das Leben noch als lebenswert zu erachten.** Dies hindert uns am beruflichen und privaten Erfolg und beeinträchtigt auch unsere Beziehung zu uns selbst und anderen.

Ich biete Ihnen einen Raum, der Ihnen hilft mit der neuen Lebenssituation umzugehen. Ziel meiner Therapie ist es, dass Sie nicht Ihr Leben nach der Krankheit oder dem Ereignis richten, sondern lernen dieses in Ihr Leben einzubauen.

Krisenintervention bedeutet Unterstützung und Begleitung in einer schwierigen Lebenssituation. Krisen sind der Teil des Lebens, vor dem wir uns mit am meisten fürchten, in dem gleichzeitig aber auch unser größtes Entwicklungspotential liegt. Wenn wir in einer Krise stecken, befällt uns oft **Betriebsblindheit.** Deswegen ist es hilfreich, sich an diesem Punkt Unterstützung zu suchen. Es kann sein, dass wir in Krisen immer wieder mit ähnlichen Themen konfrontiert werden, die sich jeweils in Varianten zeigen. **Mit meiner Unterstützung können Sie die Muster erkennen und die Ursachen beheben lernen.**

Tel 040 - 594 56 0 56



Gespräche und Psychotherapie

Von Krankheiten und Ereignissen, die eine Person treffen, ist auch das persönliche Umfeld betroffen. **Familien sind oft überfordert** mit der gleichzeitigen Verarbeitung, der praktischen und familiären Neuorganisation und der Verantwortungsverteilung, die auf sie zukommt. Es wird in der Regel erwartet, dass all diese Dinge automatisch funktionieren.

Doch wenn eine Familie von Krankheit betroffen ist oder Opfer einer Straftat wurde, ist diese Situation für alle neu. Hier braucht der Einzelne oder die gesamte Familie Unterstützung.

Ich helfe Ihnen, sich in dieser Situation neu zu orientieren, die Bedürfnisse und Potentiale der gesamten Familie zu erkennen und einen Weg zu finden, wie Sie sich gegenseitig unterstützen können.

- Erstgespräch und Probesitzung 30 €
Danach Sitzungsfolge nach Vereinbarung
- Weitere Einzelgespräche 65 €
- 10 Stunden Paket 520 €
- Paar- oder Familiensitzungen 65 €
- Gruppensitzungen 75 €
- Dauer je Gespräch ca. 50 min
- Hausbesuche bei Familiensitzungen möglich
(+ 20 € Fahrtkosten)
- Sowohl Kurzzeit-, als auch Langzeitbetreuung



Adelheid Gromberg
Diplom-Psychologin

Über mich

- Studium der Psychologie
an der Universität Hamburg
- Zweijährige Ausbildung in
klientenzentrierter Gesprächspsychotherapie
nach Carl Rogers an der Universität Hamburg
- Ausbildung in Problem- und Konfliktberatung an
der Universität Hamburg mit den Themenbereichen:
 - Psychologisch-praktische Problemlerung
 - Mediation
 - Konfliktmoderation in Gruppen
 - Problem- und Konfliktberatung in der Praxis
- Betreuung von Opferzeugen, Prozessbegleitungen
und die Durchführung von Täter-Opfer-Ausgleichen
für die Justizbehörde Hamburg
- Langjährige Betreuung von Opfern von
Straftaten und deren Familien beim Weißen Ring
- Einzelberatung von Personen und Familien
mit den Schwerpunkten:
 - chronische Erkrankungen
 - Sterbebegleitung
 - Betroffenheit von Straftaten und
 - Familien-, Paar- und Gruppenberatung
- Mitglied im Ruth-Cohn-Institut
Hamburg / Schleswig-Holstein
- Erfahrene Beraterin bei Abnahmeproblematiken
und Ernährungsverhalten

Tel 040 - 594 56 0 56