

Über mich

Nach meinem Diplom in Psychologie 1978 habe ich zunächst therapeutisch mit Kindern gearbeitet, später mit ganzen Familien - in der Aufbruchsstimmung der 80er Jahre entstanden zahlreiche neue Therapieformen; in einigen davon habe ich mich aus- oder weitergebildet:

- aus der Verhaltenstherapie habe ich übernommen, dass wir unser Verhalten ändern können
- aus der Gesprächstherapie, dass die Gefühle wichtig genommen werden
- aus dem NLP weiß ich, wie wichtig Wahl-Möglichkeiten sind
- aus der Familientherapie, dass Verhalten immer in einem bestimmten Zusammenhang entstanden ist
- aus der Bioenergetik, dass Informationen auch körperlich gespeichert werden
- aus der Gewaltfreien Kommunikation, wie bedeutsam es ist, dass wir uns unsere Gefühle und Bedürfnisse mitteilen
- in der systemischen Therapie habe ich eine Heimat gefunden, in der ich all mein Wissen und meine Erfahrung anwenden kann!

In den mittlerweile fast 40 vergangenen Jahren habe ich in verschiedenen Einrichtungen der psychosozialen Versorgung gearbeitet, drei Töchter großgezogen und seit 18 Jahren führe ich in Buxtehude bei Hamburg eine Praxis für Lernberatung (www.grosse-moench.de). Seit 2018 habe ich auch Erfahrung als Oma.

Hier biete ich auch systemische Therapie für Einzelkunden, Paare und Familien an. Abgerundet werden meine therapeutischen Erfahrungen durch das wingwave coaching (mehr Informationen unter www.wingwave.com), das besonders geeignet ist, Stress-Symptome zu reduzieren und Traumata aufzulösen. Mittlerweile habe ich viele Jahre Erfahrung darin, Klienten mit posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) zurück ins Leben zu begleiten. Deshalb arbeite ich auch seit Jahren mit BGs (Berufsgenossenschaften) zusammen.