

Susanne Stiefel

In unserer psychotherapeutischen Praxis arbeite ich mit Menschen, die eine Krisenzeit, körperliche oder psychische Krankheiten durchleben. Mein Arbeitsstil ist prozessorientiert und basiert auf den Methoden der Personzentrierten Beratung und Psychotherapie, Focusing, Körperarbeit und Ego State Therapie.

In der gemeinsamen Arbeit begleite ich Sie, mit Ihren Erfahrungen auf eine neue Art und Weise in Kontakt zu kommen und sie besser zu verstehen. Ihre Gefühle, Gedanken und Körperempfindungen, das heisst Ihr ganzes Erleben, werden differenzierter und Variationen werden möglich. Ich rege Sie an zu experimentieren und Neues auszuprobieren. Im Zentrum meiner Arbeit steht immer der Mensch mit seinen Bedürfnissen und seinem eigenen Erleben. Dabei sehe ich den Menschen als Teil von Systemen (z.B. Familie, Arbeit), die ich bei Bedarf in die Arbeit miteinbeziehe. Menschliches Lernen findet in einer warmherzigen, akzeptierenden und ehrlichen Beziehung statt. Ich begleite Menschen auf diese Weise in ihrem Veränderungs- und Lernprozess.

Spezielle Erfahrungen bringe ich mit zu den Themen chronische Schmerzen, Psychosomatik, Entspannungsverfahren, Krankheitsverarbeitung, Depression, Burnout, Angst.

Mein Hintergrund als Psychologin

- Weiterbildung am GFK-Institut zur personzentrierten Körperpsychotherapeutin, eidg. anerkannte Psychotherapeutin
- Studium an der Hochschule für Angewandte Psychologie in Zürich, Abschluss als Dipl. Psychologin FH
- Weiterbildung in Ego State Therapie
- Weiterbildungen in Spieltherapie und kognitiver Förderung nach Feuerstein für Kinder/Jugendliche

- Arbeit in eigener Praxis in Winterthur. Mehr Informationen auf der Webseite www.susanne-stiefel.ch
- Arbeit auf der psychosomatischen Abteilung der Zürcher Höhenklinik Davos v.a. mit Patient/-innen mit chronischen Schmerzerkrankungen
- Arbeit auf der Jugend- und Familienberatung in Winterthur, Beratung von Kindern, Jugendlichen, Eltern oder der ganzen Familie