

Praxis für psychologische Beratung

www.praxis-josef-kugler.de



Josef Kugler
Heilpraktiker (Psychotherapie)
Im Forum an der Blaulach
Henriettenweg 2
72070 Tübingen
Tel.: 07071 1384105
praxis-josef-kugler@gmx.de

Psychologische Beratung

In meiner Praxis arbeite ich lösungsorientiert mit Blick auf das Familiensystem.

Meine Schwerpunkte

Traumaaarbeit nach dem NARM-Ansatz

Aufstellung in Gruppen und in der Einzelsitzung

Hilfe

- bei persönlichen Problemen
- bei beruflichen Konflikten
- bei familiären Konflikten
- in partnerschaftlichen Krisen
- in Lebenskrisen
- bei Krankheiten

Gebühr:

70,- EUR je Stunde (60 Min.). Sollten Sie in einer finanziell schwierigen Situation sein, werden wir bestimmt eine Lösung finden.

Nutzen Sie die kostenlose telefonische Sprechstunde jeden Donnerstag von 10:00 bis 12:00. Tel.: 07071 1384105

Traumaaarbeit nach dem NARM Ansatz

Trauma heißt "Verletzung" und wird oft in Verbindung mit
- körperlichen Verletzungen z.B. Schädel-Hirn Trauma
- Schockereignissen, Katastrophen und Kriege
- frühen Bindungsstörungen (Entwicklungsstrauma) verwendet.

Nicht das Ereignis selbst ist traumatisierend, sondern wie wir dieses Ereignis erlebt haben, kann traumatisieren.

In meiner Traumaaarbeit geht es in erster Linie um Entwicklungsstrauma. Mein Ansatz ist NARM (Neuroaffektives Beziehungsmodell) von Laurence Heller. Sein Buch "Entwicklungsstrauma heilen" ist sehr zu empfehlen und gut zu verstehen.

Heller geht von fünf Kernbedürfnissen aus. Wenn diese erfüllt werden können, dann gewinnen wir Lebensqualität.

www.praxis-josef-kugler.de

Familienaufstellung



Eine Familienaufstellung wirkt heilend auf die Familienseele. Schicksalsbindungen werden sichtbar und erlebbar und können einer Lösung zugeführt werden. Dies erfolgt mit viel Liebe und Achtung gegenüber allen Beteiligten. Der Alltag bietet dann die Chance, die gefundene Lösung zu integrieren. Manchmal brauchen wir auch gar nichts dazutun, sondern nur die Veränderung zulassen. Die Familienaufstellung findet in der Regel in einer Gruppe statt, kann aber auch in der Einzelberatung stattfinden.

Eine Familienaufstellung kann Klarheit schaffen bei

- Beziehungsproblemen
- Entscheidungsfindung
- Versöhnung mit der Familie
- Blockaden
- negativen Verhaltensmustern
- beruflichen Konflikten
- beruflicher Neuorientierung
- schulischen Problemen
- Krankheiten
- sowie bei vielen anderen belastenden Ereignissen und Situationen im privaten und beruflichen Umfeld

Nachbetreuung

Nach einer Aufstellung stehen Sie nicht alleine da. Sie können bei aufkommenden Fragen jederzeit mit mir Kontakt aufnehmen. In der Gebühr ist bereits ein 30 minütiges persönliches oder telefonisches Nachgespräch mit enthalten.

Literatur

Bertold Ulsamer:
Ohne Wurzeln keine Flügel

Gebühren

Tagesseminar Aufstellung	95 €
Passive Teilnahme	30 €
Einzelberatung (60 Min.)	70 €

Die fünf Kernbedürfnisse nach NARM

- **Kontakt.** Wir haben das Gefühl, auf diese Welt zu gehören. Wir sind in Kontakt mit unserem Körper und unseren Gefühlen und sind zu durchgängigen Beziehungen zu anderen imstande.

- **Einstimmung:** Wir wissen, was wir brauchen und sind in der Lage, auf andere zuzugehen, wenn wir ihre Fürsorge und anderes an Nährendem von ihnen brauchen. Wir können uns an der reichen Fülle des Lebens erfreuen.

- **Vertrauen:** Wir haben ein inhärentes Selbstvertrauen und Zutrauen zu anderen. Wir fühlen uns sicher genug, um gesunde wechselseitige Abhängigkeitsverhältnisse mit anderen zu erlauben und uns auf sie zu verlassen.

- **Autonomie:** Wir können nein sagen und anderen gegenüber klare Grenzen setzen. Wir sagen, was wir denken, ohne dabei von Schuldgefühlen oder Angst geplagt zu sein.

- **Liebe:** Unser Herz ist offen und unser Nervensystem im Gleichgewicht, was liebevolle Beziehungen und eine gesunde Sexualität unterstützt.