



HEILPRAKTIKER (PSYCHOTHERAPIE) RAIMUND DORNBUSCH

„Der entscheidende Schlüssel zu einer besseren Zukunft für dich bist du.“ (J.R.)

Unser Leben stellt uns immer wieder vor neue Herausforderungen – Tag für Tag. Viele davon meistern wir aus eigener Kraft. Manche Ereignisse bringen uns jedoch an unsere Grenzen: anhaltender Stress, Konflikte in der Partnerschaft, Krankheit, der Verlust eines geliebten Menschen oder das Gefühl von Angst und Hilflosigkeit sind nur einige mögliche Ereignisse. Je nach Alltagsbelastung und Leidensdruck kann es hilfreich sein einmal inne zu halten, zu reflektieren und ggfs. neue Verhaltens- oder Handlungsalternativen zu entwickeln:

Psychotherapie:

Mit einer **Verhaltenstherapie (VT)** werden ungünstige Verhaltensweisen und Denkmuster, die einem das Leben erschweren, in den Fokus gestellt. Ziel ist es gelerntes Verhalten sowie Gedanken und Glaubenssätze bewusst zu machen und auf Angemessenheit zu überprüfen.

Die **Bioenergetische Analyse (BA)** zieht den Körper in den Therapieprozess mit ein. Sie geht davon aus, dass unsere körperlichen und seelischen Strukturen durch Erfahrungen und Emotionen – insbesondere in der frühen Kindheit – geprägt werden. So können sich z.B. unbewältigte psychische Konflikte im körperlichen Ausdruck widerspiegeln.

Ist ein Ereignis eine ernsthafte Bedrohung für Körper oder Psyche geworden, kann dies zu einem Trauma führen. Eine **EMDR Therapie** (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ist eine mögliche Methode, bei der Verarbeitung von Traumata oder Angstzuständen zu unterstützen.

NaturCoaching:

Das Erlebnis in der Natur kann uns dabei unterstützen, wieder einen Zugang zu unseren natürlichen Ressourcen zu bekommen. Sie dient uns hierbei als lebendiger Resonanzraum und natürlicher Impulsgeber, der es ermöglicht sich wieder mehr zu fühlen und seiner inneren Stimme zu folgen. **Das, was in Ihnen vorgeht – bewusst oder unbewusst – spiegelt sich in dem, was Ihnen bei achtsamer Betrachtung in der Natur begegnet.** Das bewusste Erleben in der Natur kann Sie bei der Bewältigung persönlicher Lebenskrisen unterstützen, Entwicklungsprozesse in Gang setzen und neue Blickwinkel schaffen.



Übersicht:

Therapie- und Coachingangebote:

- Einzel- und Paartherapie
- Verhaltenstherapie
- Körperpsychotherapie (Bioenergetische Analyse)
- EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)
- NaturCoaching
- LifeCoaching

Behandlungsschwerpunkte:

- Allgemeine Lebensberatung
- Persönlichkeitsentwicklung
- Ängste / Phobien
- Depression
- Psychosomatik
- Psychoonkologie
- Stress; Burnout
- Trauer
- Trauma

Abrechnung:

Selbstzahler und Private Krankenversicherung



RAIMUND DORNBUSCH
HEILPRAKTIKER FÜR PSYCHOTHERAPIE
NATUR- UND LIFE COACH

Heilpraktiker (Psychotherapie)

Natur- und LifeCoach

Raimund Dornbusch

Waldstraße 36

50226 Frechen

Tel. 0176 – 54 421 411

kontakt@dornbusch-praxis.de

Termine nach telefonischer Vereinbarung

Ob als Therapeut oder Naturcoach, gerne begleite ich Sie auf Ihrem Weg und unterstütze Sie bei der Bewältigung Ihrer persönlichen Herausforderung.