



Martina Jänicke

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Coachin für die wingwave®-Methode
und für systemische Kurzzeit-Konzepte
NLP-Practitioner und NLP-Master (2015)

Entspannungstrainerin
Seelsorgerin
magistra artium

Treuchtlinger Straße 4
10779 Berlin
U4/U7 Bayerischer Platz
U9 Güntzelstraße

Telefon 030 786 93 07
Mobil 0163 863 31 58
Fax 03212 786 93 07
kontakt@praxis-mutprobe.de
www.praxis-mutprobe.de

Praxis
MUTPROBE
Martina Jänicke 



Mut finden,
neue Wege zu erproben

Ängste loslassen

Lebensfreude aufbauen

Perspektiven entwickeln

Praxis
MUTPROBE
Martina Jänicke



Psychotherapie
(Erlaubnis nach dem Heilpraktikergesetz)

Kurzzeittherapie

Seelsorge

Kennen Sie solche Gedanken?

- Ich schlafe schlecht und finde keine Ruhe
- Ich fühle mich kraftlos und traurig
- Mich belasten vergangene Erlebnisse
- Ich bin mit meinem Gewicht unzufrieden
- Mein Körper blockiert mich durch Krankheit
- Ich funktioniere nur noch fremdbestimmt
- Ich fühle mich schuldig
- Ich kann mich nicht entscheiden
- Ich habe Ängste oder Panikattacken
- Ich finde keinen Sinn mehr in meinem Leben



Für diese und viele andere Themen biete ich Ihnen zwei Lösungswege an:

1. Kurzzeit-Therapie:

In 4-6 Sitzungen konzentrieren wir uns auf **eine** Problem- oder Angstsituation, um sie zu lösen.

2. Lösungsorientierte Psychotherapie:

In 10-25 Sitzungen können wir umfassend Ihre blockierenden Ängste, Erlebnisse oder Verhaltensmuster anschauen. Wir können uns den Ursachen der Blockaden nähern, sie dann sanft lösen und neue Denk- und Verhaltensmöglichkeiten entwickeln.

Themen und Methoden

Bei Ängsten und Blockaden:

Emotionales Lösen mit der wingwave®-Methode, verhaltenstherapeutische Maßnahmen

Bei Unruhe und Schlafstörungen:

Mentaltraining und Entspannungsübungen

Bei belastenden/traumatischen Erlebnissen:

EMDR und Imaginationen

Zur Versöhnung mit der Vergangenheit:

Time-line-Aufbau

Bei Familienkonflikten:

Imaginative Familienaufstellung

Bei Ess-Attacken und Suchtverhalten:

Wingwave®-Emotionscoaching und Beratung/Kurse zur Trennkost

Bei Konflikten:

Selbstreflexion nach 'the work' von Byron Katie

Bei Sinnfragen, Trauer und Trennung:

Trauerberatung und Seelsorge

Bei Paarkonflikten:

Kommunikationszentrierte Paarberatung

Bei Entscheidungs-Schwierigkeiten:

Wertehierarchie und Zieldefinition

Auf Wunsch stellen wir die therapeutische Beratung auf eine christliche Basis.

Praxis
MUTPROBE
Martina Jänicke



Anmeldung

Bitte rufen Sie mich an unter **030 786 93 07** oder unter **0163 8633158** oder schreiben Sie mir eine Email an **kontakt@praxis-mutprobe.de**, damit wir einen ersten Termin zum Kennenlernen vereinbaren können. Ich freue mich auf Sie!

Kosten

Therapiesitzung à 60 Minuten: 85 Euro

Ab der 7. Sitzung: 80 Euro

Paarberatung à 75 Minuten: 110 Euro

Alle Preise sind Endpreise

Weitere Infos zu meinen Themen und Methoden unter www.praxis-mutprobe.de