

TERAPEUTISK SAMTALEFORLØB

For børn, unge og voksne med behov for ekstra støtte

V/ Sine Mandix Svendsen, psykoterapeut MPF

Hvorfor terapeutiske samtaler

Baggrunden for at søge terapi er ofte mistro og en oplevelse af kontroltab—at du ikke ved egen hjælp kan få din tilværelse på rette spor. En god terapeut kan støtte og motivere dig i at få klarhed over din situation og skabe positive forandringer.

Kontakten mellem dig og din terapeut vil være præget af dialog, ansvar, bevidsthed, valg og opmærksomhed på u hensigtsmæssige mønstre og adfærd, som kan gøre hverdagen problematisk. Du vil i samtalerne få dit eget fortrolige rum til at dele følelser og oplevelser, som er svære at håndtere.

Hvem kan hjælpes i et samtaleforløb

Tilbuddet henvender sig til både hjemmeboende børn og unge, anbragte børn og unge samt voksne.

Børn og unge under 18 år vil som udgangspunkt deltage i den første samtale med terapeuten sammen med deres forældre eller andre nære omsorgspersoner. Herefter aftales det, om den unge fortsat ønsker at have en omsorgsperson med til de efterfølgende samtaler.

Forløbet er egnet både for voksne og børn fra ca. 13 års alderen. For voksne kan det være en støtte til at tackle stress, angst, mild depression, lavt selvværd og omvæltninger i livet. Børn kan have udbytte af samtalerne, hvis de f.eks. har lavt selvværd, har mistet en pårørende, oplever konflikter i skolen eller med forældre/plejeforældre, mobning, stress, omvæltninger i livet, livskriser eller depression.

Terapeut

Sine Mandix Svendsen har 20 års erfaring som socialrådgiver med socialt arbejde, særligt med fokus på børn og forældre og de udfordringer, der kan opstå i familierelationerne. Som terapeut er Sine praksisorienteret og lægger vægt på, at samtalerne sætter gang i reelle og mærkbare forbedringer i din situation.

Sine har en fireårig terapeutuddannelse fra NGI (Nordisk Gestalt Institut). Har gennemgået et forløb i narrativ pædagogik og er desuden inspireret af systemisk tænkning, kognitiv adfærdsterapi samt SE-metoden. Gennem sit arbejde i Fabu har Sine modtaget supervision ved Susan Hart og opnået grundigt kendskab til neuroaffektiv psykologi, som spiller en central rolle i Fabus arbejde med børn og familier.



Sine er medlem af Dansk Psykoterapeutforening. Du kan læse om foreningens retningslinjer og etiske regelsæt på <https://psykoterapeutforeningen.dk/>.

En tryk ramme

Samtalerne finder sted i Fabus lokaler på Jyllingevej 59, 1., 2720 Vanløse.

I den første samtale søger vi i fællesskab at afklare, hvad du har brug for at få ud af et terapiforløb. Vi skal tale om dine forventninger til forløbet og finde ud af, om jeg som terapeut er det rette match for dig. Vi skal også tale om, hvor ofte du har behov for at komme til samtale. Hyppigheden af samtalerne og varigheden af forløbet kan naturligvis justeres løbende, men jeg lægger vægt på, at du oplever en effekt af samtalerne og bliver støttet i at skabe de forandringer i din situation, som du har brug for.



Pris

En session af 60 minutters varighed koster kr. 734,-. Aflysning af en aftalt session skal ske mindst to dage før. Ved aflysning samme dag eller dagen før opkræves fuld takst.

Kontakt

Sekretær Randi Seeberg Løbger på tlf. 38 76 06 82 eller mail rsl@fabu.dk.

