

Psychotherapeutische Praxis Laure Helfgott, Furttalstrasse 21

Eine psychotherapeutische Praxis ist ein freier Raum, wo man sein kann, wie man ist, was in der Gesellschaft oft unmöglich ist. In einer Therapiestunde spielt sich das Leben ab: es gibt traurige, ruhige sowie genussvolle und lustige Momente – Humor hilft, Distanz zu Problemen zu schaffen. Man erfährt, dass man Gedanken und Symptome, die das Leben beeinträchtigen und betrüben, stark reduzieren oder abschaffen kann.

Eidgenössisch anerkannte Psychotherapeuten haben ein 5-jähriges Studium der Psychologie plus eine 4-jährige Psychotherapie-Weiterbildung an der Universität und in Kliniken absolviert. Sie arbeiten mit wissenschaftlichen, nachweisbar wirksamen Methoden und unterliegen der Schweigepflicht.

Menschen aus allen Altersklassen, Schichten und Berufen können aufgrund von Problemen in ihrem sozialen, beruflichen oder gesundheitlichen Umfeld in eine Situation geraten, die psychisches Leiden verursacht und in welcher Psychotherapie helfen kann. Unbehandelt führt dieses Leiden oft zu psychischen Krankheiten wie Depression, Schmerzen, Angstzustände, Verhaltensstörungen oder Burnout.

Als Fachpsychologin für Psychotherapie habe ich gelernt, psychische Leiden und Krankheiten zu behandeln. Ich liebe diesen Beruf, weil ich gerne mit Menschen lebensnahe Themen angehe, um ihre Lebensqualität zu verbessern. Zudem hat mein Beruf die wunderbare Nebenwirkung, mir in meiner persönlichen Weiterentwicklung zu helfen.

Wenn ich in meine Praxis an der Furttalstrasse 21 komme, habe ich das Gefühl, zuhause zu sein. Der Raum ist gross und hell, ein Abstellraum, wo ich meine Dossiers einschliessen kann und ein WC sind vorhanden, perfekt!