

# Laure Helfgott

Fachpsychologin für Psychotherapie FSP

**Therapie**  
in Deutsch/Englisch/Französisch/Spanisch/Italienisch

Praxis:  
Furttalstrasse 21  
8046 Zürich  
044 514 30 30  
076 506 26 28  
[praxis@helfgott.ch](mailto:praxis@helfgott.ch)  
[www.helfgott.ch](http://www.helfgott.ch)

## Behandlungsschwerpunkte

- Krisensituationen
- Paar- und Familienprobleme
- Berufliche Probleme (Burn-out, Standortwechsel, Stress)
- Depression
- Angstzustände
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Zwangsstörungen
- Alkohol-Probleme
- Beratung und Betreuung der Angehörigen eines erkrankten Familienmitglieds
- Betreuung nach Entlassung aus einer Institution
- Erziehungsberatung
- Transkulturelle Psychotherapie

## Verfahren

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Psycho-Imaginative Traumatherapie
- Entspannungsverfahren
- Systemische Familientherapie
- Beratung und Coaching

## Therapieformen

- Einzeltherapie, Familientherapie, Paartherapie, Gruppentherapie
- Psychotherapie mit Erwachsenen
- Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen