

Praxis für psychologische Psychotherapie



Beatrix Springmann-Fritsch Diplom-Psychologin, Diplom-Soziologin

Approbation als Psychologische Psychotherapeutin und als Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

Wer sich in einer Krisensituation befindet und den Leidensdruck nicht mehr alleine bewältigen kann, wünscht sich eine schnelle und vor allem kompetente Unterstützung.

Dank meiner langjährigen Erfahrung mit Erwachsenen und Jugendlichen liegen meine Kompetenzen in der Verhaltenstherapie, der Angstbewältigung, Paarberatung und der Entspannungstherapie.

Hilfe durch psychologische Therapie und Beratung

Was ist mit mir los?

Psychologische Diagnostik; gemeinsame Antworten finden

Wo liegen meine Stärken?

Selbstwertstärkung und Erweiterung sozialer Kompetenzen

Wie komme ich aus dem Knick?

Depressives Denken und Stimmungen erkennen und überwinden

Wie komme ich mit Stress besser klar?

Stressmanagement; Abgrenzung; sich verschiedenen Lösungen öffnen

Wie die Signale des Körpers besser verstehen?

Psychosomatische Beschwerden besser deuten lernen

Wie werde ich selbständiger und unabhängiger?

Erwachsenwerden; innere Bedürfnisse erkennen

Wo ist mein Platz? Wo will ich einmal ankommen?

Orientierungssuche; den eigenen Weg finden und gehen

Mögliche schwierige Lebenssituationen

Arbeits- und Prüfungsstress

Zweifel, Problemlberge, Blockaden, Schlafstörungen, Unruhe, Essprobleme

Bewältigung von sozialen Ängsten

Unsicherheit, innere Anspannung, Rückzug, Grübeln, geringe Impulskontrolle, Vermeiden

Wenig Perspektiven und auf der Stelle treten

Sinnsuche, mangelnde Erfolgserlebnisse, anhaltende Trauer, Stimmungstief, störende Unordnung

Familiäre Konflikte

Sackgassen, Einengung, ungeklärte Streitpunkte, unterschiedliche Erwartungen, geringer Rückhalt, Entwertung, Grenzverletzungen

Körperliche Beschwerden

Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme, Gewichts- und Ernährungsschwierigkeiten, Heißhunger oder wenig Appetit, chronische Erkrankung

Begleitung bei chronischen und/oder psychiatrischen Erkrankungen

Frühwarnsignale erkennen, Hilfeplan erstellen

Zu meiner Person

Biographie und Qualifikation

Geboren und aufgewachsen bin ich in und um Freiburg (Breisgau). Nach dem Studium an der Universität Konstanz und an der Freien Universität Berlin schloss ich mit **Diplom-Psychologie** und **Diplom-Soziologie** ab.

Approbation als **Psychologische Psychotherapeutin** und als **Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin** seit 1999 in Deutschland

Ausbildung am Institut für Psychologische Psychotherapie - ppt -, Berlin

Ausbildung zur Verhaltenstherapeutin in Lübben (Brandenburg)

Niedergelassene Psychotherapeutin 1990 - 1995 in Berlin (Kreuzberg und Neukölln), in Freiberg (Sachsen) von 1996 bis März 2018, Kassenzulassung von 1999 bis März 2018, seit September 2018 wieder in Berlin tätig

Entspannungsverfahren

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson auch in Gruppen mit max. 4 Personen und therapeutische Hypnose

Fortbildungen

Improvisationstheater bei Prof. Dr. Wolfgang Wendlandt, Berlin, Meditation, achtsamkeitsbasierte Psychotherapie

Kosten

Selbstzahlende, private Krankenversicherung, Beihilfe, nach der Gebührenordnung für Psychotherapeuten (GOP) und Psychotherapie nach Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG) ab 15 Jahren

Berufsrechtliche Regelungen

Psychotherapeutengesetz – (PsychThG)

Zuständige Aufsichtsbehörde

Psychotherapeutenkammer Berlin,
Kurfürstendamm 184, 10707 Berlin

Eintrag im Arztregister Berlin

Nummer 33317

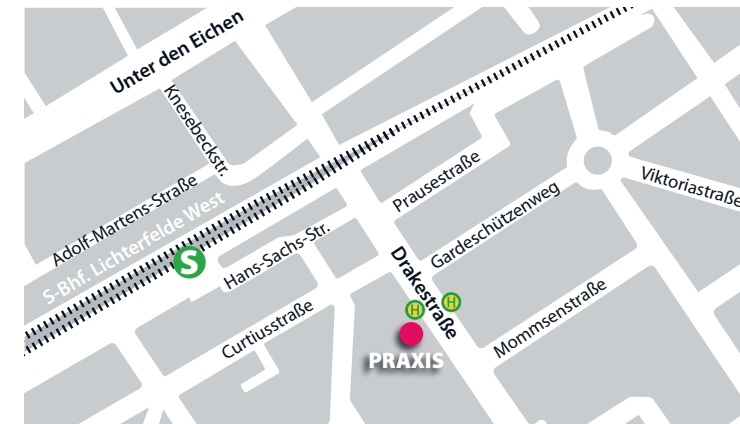
Verbandszugehörigkeit

Deutsche Psychotherapeuten-Vereinigung (DPTV),
Am Karlsbad 15, 10785 Berlin

Terminvereinbarung

Montag bis Freitag 8:00 bis 8:30 Uhr
Mobil (0170) 55 174 27

Verkehrsverbindungen



S1 S-Bahn Lichtenfelde West

5 Minuten Gehweg oder Bus 188, M11, X11

Bushaltestelle direkt vor der Praxis

Impressum und inhaltlich verantwortlich:

Beatrix Springmann-Fritsch

Dipl.-Psych., Dipl.-Soz.

Drakestraße 48 A, 12205 Berlin (Lichtenfelde-West)

Tel. (030) 83 40 95 92

E-Mail: praxis@springmann-fritsch.de

www.springmann-fritsch.de