



SYSTEGRA

Institut für systemisch-integrative
Beratung und Psychotherapie



SYSTEGRA

Institut für systemisch-integrative
Beratung und Psychotherapie

Systegra ist ein privates Institut für Psychotherapie und eine Facheinrichtung im Kontext Gewalt. Finanzierungshilfen können bei dem Verein Gewaltprävention e.V. nachgefragt werden.

Die Therapieräume von Systegra befinden sich zentrumsnah in der Stuttgarter Innenstadt und sind sowohl mit öffentlichen Verkehrsmitteln als auch mit Pkw (öffentliche Tiefgaragen und Parkhäuser in der Nähe) gut zu erreichen.

Anne Lipps



- Diplom-Pädagogin
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin
- Familientherapeutin
- Hypnotherapeutin
- Traumatherapeutin
- Supervisorin

Systegra

Institut für systemisch-integrative
Beratung und Psychotherapie

Hauptstätter Straße 53a

70178 Stuttgart

Telefon 0711-620 70 73

Telefax 0711-620 70 74

info@systegra-stuttgart.de

www.systegra-stuttgart.de



SYSTEMISCHE THERAPIE

Einzeltherapie
Paar- und Familientherapie
Gruppentherapie

www.systegra-stuttgart.de

SYSTEMISCHE THERAPIE

Systemische Psychotherapie baut auf Konzepten der wissenschaftlichen Systemtheorie auf. Sie ist ein psychotherapeutisches Verfahren, das den Menschen als Teil sozialer Systeme sieht. Störungen werden als Erscheinungen dieser Systeme betrachtet. Individuelle Störungen können durch die Gestaltung von Beziehungen entstehen und beibehalten werden.



ARBEITSWEISE

- Der Therapeut fördert und festigt innere Potenziale – Fähigkeiten und Fertigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen, Talente und Stärken –, die oftmals nicht bewusst sind.
- Im Mittelpunkt steht die Lösung, nicht das Problem.
- Die Vergangenheit wird nicht aufgearbeitet, sondern in das Leben hier und heute integriert.
- Der Klient ist der „Kundige“, der Fachmann für sein eigenes Leben.
- Der Therapeut gestaltet den therapeutischen Prozess als einen sich öffnenden Dialog, der zu einer veränderten Beschreibung individueller und sozialer Wirklichkeiten führen und neue Wahrnehmungs-, Erlebens- und Handlungsmöglichkeiten eröffnen kann.
- Ziele sind eine klarere Kommunikation, die Aktivierung von Ressourcen und die Verstärkung alter Denk- und Verhaltensmuster, die einen Veränderungsprozess behindern könnten.

PSYCHOTHERAPIE UND BERATUNG

- bei Depressionen, Ängsten und zwanghaften Handlungen
- bei mangelnder Impulskontrolle
- bei sexuellen Störungen
- bei Stress, Überforderung und Burn-out
- in akuten Lebenskrisen
- bei Beziehungs- und Familienproblemen
- in Situationen von innerer Leere und Verzweiflung
- zur Aktivierung eigener Stärke und zur Selbsterfahrung

SETTINGS

Beratung und Psychotherapie werden in unterschiedlichen Settings für Jugendliche und Erwachsene, Paare und Familien angeboten. Die systemische Praxis des Instituts Systegra umfasst

- Einzeltherapie
- Paar- und Familientherapie
- Gruppentherapie