



*" Die Begleitung von Menschen interessiert mich seit jeher und liegt mir besonders am Herzen.*

*Ich behandle Ihre Anliegen streng vertraulich und versichere Ihnen meine Verschwiegenheit."*

### **Anneliese Neessen**

Gestalttherapeutische Beraterin/  
Gestaltpädagogin/Gestaltgruppenleiterin

Jahrgang 1966, verheiratet  
Mutter von zwei erwachsenen Kindern aus erster Ehe

Abitur, Industriekauffrau, Ausbilderin für Bürokaufleute

1999-2000 Weiterbildung Fachhochschule Emden  
„Informatik und Wirtschaft für Frauen“

Seit Nov. 2000 bis heute Schulsekretärin an einer  
Förderschule für emotionale und soziale Entwicklung.

2006 Beginn einer 3-jährigen Ausbildung zur Gestalttherapeutischen Beraterin / Gestaltpädagogin / Gestaltgruppenleiterin am Institut



[www.gestaltfortbildung.de](http://www.gestaltfortbildung.de)

Zertifikats-Abschluss November 2009

Seit 2010 eigene Praxis für psychologische Beratung

Termine nach Absprache

Vereinbaren Sie eine erste  
Beratungsstunde

Anneliese Neessen

Tel.: 0 49 43 - 20 19 79

email: [aneessen@web.de](mailto:aneessen@web.de)

Internet: [www.gestalt-neuer-weg.de](http://www.gestalt-neuer-weg.de)

Praxis:

Neuer Weg 14

26629 Mittegrossefehn

# Psychologische Beratungspraxis



Anneliese Neessen

Begleitung in schwierigen  
Lebenssituationen

## Was bedeutet Gestalt?

Viele Ereignisse prägen unser Leben, unser Sein. Positiv wie negativ. Oft schon in frühen Lebensjahren.

Bedrohliche oder beängstigende Situationen erzeugen in uns automatisch Abwehrreaktionen.

Dieser Mechanismus ist für uns ein Schutz vor emotionalen oder körperlichen Angriffen.

Wenn wir diese Situationen nicht klären, auflösen und mit ihnen abschließen können, entsteht eine sogenannte "offene Gestalt".

Geraten wir später in Situationen, die uns unbewusst an frühere Erlebnisse erinnern, reagieren wir mit den gleichen Abwehrreaktionen wie damals. Wir wissen und verstehen aber nicht, weshalb wir so reagieren, sondern fühlen uns schlecht und unverstanden. Wir sind in unserem Handeln eingeschränkt, solange es nicht zu einer positiven Auflösung des Konflikts kommt.

Die Gestaltberatung hilft, eigene Abwehrmechanismen zu erkennen, alte "offene Gestalten" zu schließen und neue Wege auszuprobieren.

## Was ist Gestalttherapie?

Sie ist ein Psychotherapieverfahren.

Begründer waren der deutsche Psychiater und Psychoanalytiker Fritz Perls in Zusammenarbeit mit der Gestaltpsychologin und Psychoanalytikerin Lore Perls und dem Sozialphilosophen Paul Goodman.

Die Gestalttherapie versteht sich als ganzheitliche Therapie.

Das bedeutet, dass Körper, Geist und Seele als Einheit zu betrachten sind.

## Was erwartet Sie bei einer Gestaltberatung?

Professionelle Beratung und Begleitung durch:

- ◆ Gespräche
- ◆ Entspannungs- und
- ◆ Wahrnehmungsübungen

## Worin besteht mein Angebot?

- ◆ Einzelberatung für Erwachsene und Jugendliche
- ◆ Paarberatung
- ◆ Gruppenarbeit

## Was wünschen Sie sich von meiner Gestaltberatung?

Überlegen Sie in einer ruhigen Minute, ob einer oder mehrere der folgenden Wünsche auf Sie zutreffen:

### Ich wünsche mir ...

- ...Klarheit für meinen Lebensweg
- ...Zufriedenheit in
  - der Beziehung zu meiner Familie
  - meiner Partnerschaft / Ehe

...erfüllende Kontakte zu meinen Mitmenschen

...Freude an meiner Arbeit

...Selbstbewusstsein / sicheres Auftreten

...keine Ängste mehr zu haben

...ein gutes Körpergefühl

...einen bewussten und achtsamen Umgang mit mir selbst und anderen

...Entspannung

...innere Ruhe und Gelassenheit

### Wenn ja ...

...Kann Ihnen eine Gestaltberatung helfen.

