

Start

Friedhelm Sommerland, Heilpraktiker (Psychotherapie)

Therapie von Burnout, Depressionen & Traumata mit
EMDR & Hypnose sowie Training & Consulting Berlin

<u>Therapie in Berlin</u>	<u>Coaching in Berlin</u>	<u>Kurse & Seminare</u>
---	---	---

Leiden Sie unter belastenden, traumatischen Erfahrungen, unbewussten Konflikten, unter Ängsten oder Phobien? Benötigen Sie deshalb schnelle Unterstützung? Ich werde Ihnen einfühlsam und verständnisvoll helfen. Als Heilpraktiker für Psychotherapie (HPG) verfüge ich über viele Erfahrungen im Umgang mit psychischen Belastungen und über einen umfangreichen Ausbildungs-hintergrund. Ich arbeite mit Elementen des systemischen Coachings, mit der neurolinguistischen Psychotherapie, mit [EMDR](#), mit EMI, mit Hypnosetechniken u.v.m. In einem telefonischen Vorgespräch besprechen wir alle Modalitäten. Im Rahmen einer einzigen [Therapieeinheit](#) können sich viele positive Veränderungen ergeben, die ihr Leben nachhaltig positiv beeinflussen! Kennen Sie übrigens EMDR? [Weiterlesen...](#)

Coaching bedeutet eigentlich „Training“. In unserer Sprache trifft aber die Übersetzung „Unterstützung“ eher den Kern der Sache. Manchmal ist es effektiver, sich von einem Profi bei der Erreichung eines Zieles oder bei der Veränderung der persönlichen Lebenssituation unterstützen zu lassen. Manchmal müssen wir einfach nur mit jemandem reden, der uns professionell zuhört und ein paar lösungsorientierte Fragen stellt. Ein oder zwei Coaching-einheiten können viel bewirken und unserem Leben schnell wieder die richtige Richtung geben. Ich helfe Ihnen im Rahmen eines [\(Einzel-\) Coachings](#) oder in einer [Therapieeinheit](#). Denn gelegentlich kommt es auch vor, dass wir uns nicht sicher sind, ob wir ein „ganz normales Problem“ oder schon eine psychische Störung haben. Dann ist es gut, wenn der Coach auch über eine Heilerlaubnis als Heilpraktiker für Psychotherapie verfügt. [Weiterlesen...](#)

Weiterbildung ist Weiterentwicklung! In meinen Kursen und Seminaren erwerben Sie nicht nur neues Wissen, sondern Sie treffen auch Gleichgesinnte und erweitern so Ihr persönliches Netzwerk. Ob als Arzt, Therapeut oder Heilpraktiker, als Führungskraft, Berater, Unternehmer, als Selbständiger oder als Angehöriger eines anderen Kontaktberufes. Sie werden von meinen Angeboten profitieren. Seit vielen Jahren bilde ich erfolgreich Burnout-Berater/innen aus, inzwischen sind es über 500. Zukünftig werden weitere Angebote wie NLP-Kurse oder Hypnose-Ausbildungen hinzukommen. Für Firmen, Institutionen und Unternehmen biete ich sogenannte Inhouse-Seminare für Mitarbeiter und Führungskräfte zu den Themen Selbstfürsorge, Kommunikation, Gesundheitsprävention an. [Weiterlesen...](#)

Aktuell: Depressionen - Ursachen & Behandlung

Die Depression ist eine der häufigsten psychischen Erkrankungen. Was viele nicht wissen: Depressionen können heute sehr gut behandelt werden. Insbesondere bei den nicht-psychotischen Depressionen, wie zum Beispiel bei der reaktiven Depression (als Reaktion auf ein aktuell belastendes Ereignis), kommen dabei zuerst therapeutische Interventionen in Betracht. Das Wort "Therapeua" stammt aus dem [Weiterlesen](#)

Aktuelles

Ausbildung zum/zur Burnout-Berater/in



Berlin, Rostock,
Braunschweig und Dresden



Freitag bis Sonntag,
10:00 – 18:00 Uhr



[zu den Terminen](#)