

Beratungsformate

Die Beratung ist eine Selbstzahlerleistung.

Einzelberatung

- 50 Minuten
- 120€

Paar- und Mehrpersonensetting

- 90 Minuten
- 180€

Beratung

- Vor Ort in Mannheim
- Online möglich
- Nach Terminvereinbarung



Parkmöglichkeiten:
„Tiefgarage Hauptbahnhof P1“, „Parkhaus
Hauptbahnhof P2“, „Parkhaus Hauptbahnhof P3“

Lehrstuhl für Klinische Psychologie, Interaktions- und Psychotherapieforschung

Hochschulambulanz für Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapie

Weitere Informationen &
Terminanfrage

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

beratung.incare@uni-mannheim.de

www.sowi.uni-mannheim.de/aguiar-raab

+49 621 181-2783

Willy-Brandt-Platz 1
68161 Mannheim
Eingang Seite Tunnelstraße

 **IN-CARE**

Systemische Beratung für Einzelpersonen, Paare und Familien

Wissenschaftlich fundierte
Unterstützung für Menschen in
belastenden Lebens- und
Beziehungssituationen



Um was geht es?

Manchmal geraten Beziehungen oder das eigene Leben aus dem Gleichgewicht.

Konflikte, belastende Lebensereignisse oder schwierige Entscheidungen können das Gefühl auslösen, allein nicht weiterzukommen.

Frühe Unterstützung kann helfen, Konflikte zu verstehen, festgefahrene Muster zu verändern und neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Wir begleiten **Einzelne, Paare und Familien** in Übergangs- und Belastungssituationen und unterstützen sie dabei, passende Wege für den Umgang mit ihren Anliegen zu finden.

Gemeinsam betrachten wir Ihre Situation aus unterschiedlichen Perspektiven und beziehen dabei vorhandene Ressourcen und individuelle Rahmenbedingungen ein.

Ziel ist es, tragfähige Lösungen zu entwickeln, die zu Ihrer Situation und Ihren Zielen passen.

Unsere Beratung basiert auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen der Psychologie und den Grundsätzen der systemischen Beratung.

Eine gelingende Beratung lebt von der gemeinsamen Arbeit.

Zu Beginn klären wir, was Sie beschäftigt, was Sie verändern möchten und welche Ziele Sie mit der Beratung verbinden.

Im weiteren Verlauf betrachten wir gemeinsam, welche Veränderungen möglich und für Sie realistisch sind.

Sie bringen Ihre Erfahrungen und Perspektiven ein und entscheiden selbst, welche nächsten Schritte für Sie passend sind.



Beratungsangebot

Wir beraten unter anderem bei:

- ✓ Partnerschafts- & Beziehungs- & Familienkonflikten
- ✓ Kommunikationsproblemen
- ✓ Belastenden Lebenskrisen
- ✓ Trennung und Neuorientierung
- ✓ Entscheidungs- & Veränderungsprozessen

Das zeichnet uns aus

✓ **Wissenschaftlich fundiert**

Unsere Beratung orientiert sich an aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen der Psychologie. Durch die enge Anbindung an Forschung und Lehre entwickeln wir unser Beratungsangebot kontinuierlich weiter und legen Wert auf eine reflektierte, qualitativ hochwertige Begleitung.

✓ **Systemisch**

Wir betrachten nicht nur Probleme, sondern auch Beziehungen, Ressourcen und Entwicklungsmöglichkeiten.

✓ **Individuell**

Wir bieten einen geschützten und vertraulichen Rahmen, in dem Ihre individuellen Anliegen im Mittelpunkt stehen.