

Unserer
therapeutischen Praxis
liegt die Philosophie zu Grunde,
in einer **persönlichen Atmosphäre** einen
Raum zu schaffen, der es den Kindern,
Jugendlichen und Erwachsenen ermöglicht,
sich nach individuellen Fähigkeiten
zu entfalten und dem Alltag mit
Kompetenz, Selbstvertrauen
und **Lebensfreude**
zu begegnen.

Bitte informieren Sie sich gerne über mögliche Hilfen
und Angebote für Sie und/oder Ihre Kinder.
Bei weiteren Fragen wenden Sie sich direkt an uns:

Lernen & Erleben e.V.



Dr. Traute Wittje-Berger

Kinder- & Jugendlichenpsychotherapeutin
Dipl.- Psychologin / Dipl.- Sozialpädagogin
Traumatherapeutin (DeGPT) (EMDR)
Lerntherapeutin



Brigitte Homrighausen

Dipl.-Sozialpädagogin
LRS - Lese-Rechtschreibtherapeutin
Lerntherapeutin



Informationen & Kontakte

Hamburg

Bergstedter Markt 1
22395 Hamburg
Tel: 040-604 67 08

Niedersachsen

Weg zur Mühle 33 F
21244 Buchholz
Tel: 04187-34 01
Fax: 04187-321 90 91

E-mail

kontakt@lernenunderleben.de
kontakt@psychotherapie-wittjeberger.de

Internet

www.lernenunderleben.de
www.psychotherapie-wittjeberger.de

Beratungstermine

Nach telefonischer Vereinbarung

Kosten

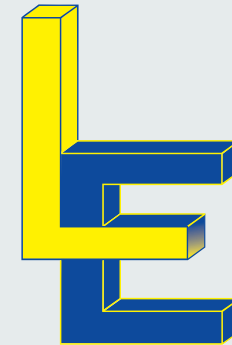
 auf Anfrage

Für Selbstzahler, ggf. mögliche Kostenerstattung
über die Krankenkassen oder die Jugendhilfe

Lernen & Erleben e.V.

ist Träger der freien Jugendhilfe

Mitglied in den Verbänden:



Lernen & Erleben

e.V. seit 1987

**Psycho- und lerntherapeutische Praxis
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene**

- Beratung
- Diagnostik
- Lerntherapie
- Psychotherapie
- Gesundheitsprävention



Behandlungsangebote im Überblick:



Lernen & Erleben e.V.

ist eine pädagogisch-psychologische Fachpraxis für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Sie fördert die persönliche Entwicklung, Bildung und Gesundheit mit ganzheitlichen Behandlungsmethoden insbesondere bei:

Entwicklungsdefiziten aufgrund neurologischer Ursachen, z.B. Teilleistungsstörungen und Wahrnehmungsdefizite.

Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsstörungen (AD[H]S) und Konzentrationsschwächen.

Psychische und soziale Beeinträchtigungen der persönlichen Entwicklung in Familie, Schule und Arbeitswelt, z.B. bei Mobbing, Stress, Burnout, Depressionen, Ängsten, Traumata, Verhaltensproblemen und Ernährungsstörungen.

Beziehungs- bzw. Erziehungsprobleme in Familie und Schule.

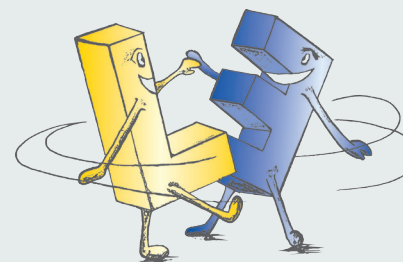
Lern- und Leistungsschwierigkeiten in Schule und Beruf.

Unsere Tätigkeit umfasst **Beratungen** und **Therapieverfahren**, die die persönliche Situation betroffener Kinder, Jugendlicher und Erwachsener berücksichtigen.

Grundlage dafür ist eine differenzierte Diagnostik mit standardisierten Testverfahren.

Lerntherapie

- **Erziehungs- und Lernberatung**
- **Integrative Lerntherapie**
Lerntherapeutische Hilfen mit Entwicklung individueller Lernkonzepte
- **Legasthenietherapie** (LRS)
- **Dyskalkulietherapie**
- **Verbesserung** der Wahrnehmungsintegration sowie **Förderung** der Achtsamkeit, Aufmerksamkeit und Konzentration
- **Vermittlung von Lerntechniken**
- **Lern-Coaching**
- **Individuelle Testdiagnostik** zur Situation der Schulleistung, der Entwicklung und der Persönlichkeit sowie der Intelligenz
- **Erstellen von Gutachten**



Psychotherapie

Psychotherapeutische Hilfen

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene basieren auf folgenden Methoden und Verfahren:

- **Gesprächspsychotherapie** (Rogers)
- **Verhaltenstherapie**
- **Traumatherapie** (EMDR)
- **Energetische Psychotherapie** (u.a. Gallo) und Verfahren: EFT (Klopfakupressur), Jin Shin Jyutsu (Japanisches Heilströmen), Tai Chi und Qigong
- **Gesundheitsprävention**
- **Stressbewältigung** nach Kaluza
- **Entspannungsverfahren:** Autogenes Training und PMR (Progressive Muskelentspannung)
- **Coaching** für die persönliche Entwicklung bei Problemen im privaten, schulischen und beruflichen Bereich
- **Lösungsorientierte Beratung** unter Einbeziehung des sozialen Umfeldes