

## FOLGENDES DÜRFEN SIE VON MIR ERWARTEN

*Eine ruhige, vertrauensvolle und respektierende Atmosphäre,  
in der Sie alles äußern und diskutieren können,  
was Sie belastet bzw. was geschehen ist.*

### AUFKLÄRUNG, INFORMATION, MITSPRACHE UND MITBETEILIGUNG

Sie erhalten Informationen über alle wichtigen Aspekte der Therapie (z. B. darüber, warum und wie Änderungen geplant und durchgeführt werden) und erleben, dass Ihre Meinungen, Ziele und Interessen berücksichtigt werden.

### PROFESSIONELLE ARBEITS-BEZIEHUNG

Ich unterstütze Sie im Rahmen einer professionellen Zusammenarbeit: Therapie ist "Mittel zum Zweck", und so geht es immer um die Arbeit an Ihren Problemen, Zielen und neuen bzw. andersartigen Lösungswegen.

### HILFE BEIM PROBLEM LÖSEN UND SICH VERÄNDERN

Das Lernen anderer Denk-, Verhaltens- und Lebensweisen und die grundsätzliche Befähigung zu Selbststeuerung und Selbstmanagement. Suchen neuer Wege sowie beim Beseitigen von Hindernissen, die derzeit noch dazwischen stehen.

### FACHKOMPETENZ

Ich übernehme Verantwortung für den Ablauf und die fachlich "korrekten" Schritte zum rechten Zeitpunkt. Um die Qualität meines Tuns auf Dauer zu sichern, verpflichte ich mich zu stetiger Fort- und Weiterbildung und Supervision der eigenen Tätigkeit.

## ZU MEINER PERSON

*Ümit Fenerci geb. 1974*

*Heilpraktiker (Psychotherapie)*

*Geprüfter Psychologischer Berater*

*Systemisch lösungsorientierter Coach*

### GRUNDÜBERZEUGUNG

**„WENN WIR DAS GLÜCK NICHT IN UNS SELBST FINDEN,  
DANN FINDEN WIR ES NIRGENDWO“**

*Fenerci*

### PRAXIS FÜR PSYCHOTHERAPIE

MONT CENIS STRASSE 32  
44623 HERNE

Mobil: +49 1577 - 4 03 73 12  
Telefon: +49 2323 - 1 37 43 91  
Fax: +49 2323 - 1 37 43 92

E-mail: [info@fenerci.de](mailto:info@fenerci.de)  
[www.fenerci.de](http://www.fenerci.de)



Der QR-Code  
und die Website  
[www.fenerci.de](http://www.fenerci.de)  
bieten weitere  
Informationen

*Fenerci*  
PRAXIS FÜR PSYCHOTHERAPIE



*„Jeder kann jederzeit etwas aus dem machen,  
was aus ihm gemacht wurde.“*

ÜMIT FENERCI  
HEILPRAKTIKER (PSYCHOTHERAPIE)  
GEPRÜFTER PSYCHOLOGISCHER BERATER

BERATUNG - COACHING - THERAPIE

# PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapie heißt wörtlich übersetzt „Dienst an der Seele“ und meint die Behandlung von psychischen Problemen mit Hilfe von psychologischen Methoden (im Gegensatz zur medikamentösen Behandlung).

Die Psychotherapie bietet die Chance, Änderungen systematisch in Gang zu setzen und zu lernen, mit Problemen des Lebens anders/besser umzugehen als bisher.

Dementsprechend zielt ein therapeutischer Lern- und Veränderungsprozess immer darauf ab, von einem unerfreulichen IST- Zustand zu einem besseren SOLL- Zustand zu gelangen.

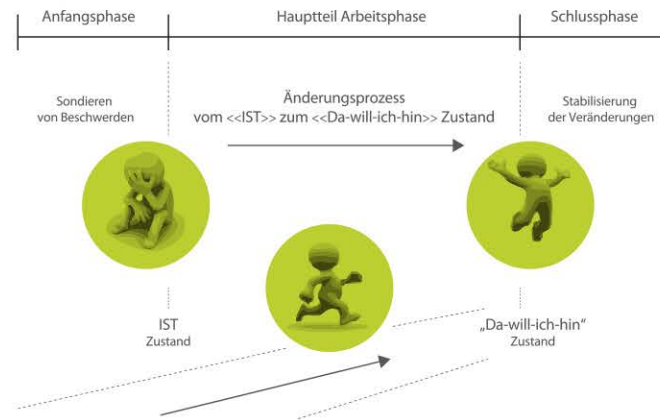
Dabei kommen im Verlauf der Therapie viele wirksame Standardmethoden und Einzeltechniken zum Einsatz.

- arbeiten möglichst eng an den aktuellen Problemen
- vermitteln neue Erfahrungen und Fähigkeiten helfen beim Lernen/Umlernen belastender Gefühlsreaktionen
- klären persönlicher Ziele und Motive vermitteln von Einsichten und Selbsterkenntnis
- assistieren beim Erkennen/Umsetzen persönlicher Stärken

**EINE POSITIVE THERAPEUT/PATIENT- BEZIEHUNG - GEKENNZEICHNET DURCH OFFENHEIT, VERTRAUEN, RESPEKT UND GUTE ZUSAMMENARBEIT - BILDET FÜR ALL DIESE MASSNAHMEN DAS UNVERZICHTBARE FUNDAMENT.**

# WIE LÄUFT DIE PSYCHOTHERAPIE AB?

Ein Blick auf das Bild zeigt, dass es - zeitlich betrachtet - drei Phasen gibt, von denen die mittlere den Hauptteil jeder Therapie ausmacht.



Ich habe mich vor allem auf Kurzzeittherapie bei folgenden Erkrankungen/ Problemen spezialisiert:

## SPEZIALISIERUNGSBEREICHE

- Burnout
- Angst- und Panikstörungen
- Depressionen
- Probleme Jugendlicher
- Essstörungen und Übergewicht
- Suchtmittelabhängigkeit (z. B. Alkohol-, Glücksspielsucht)
- Sexualstörungen
- Berufsbezogene Probleme
- Ehe- und Partnerschaftsprobleme
- Zwangsstörungen
- Schlafstörungen
- Körperliche Störungen mit seelischen Ursachen wie z. B. Asthma bronchiale Nikotinabhängigkeit und Missbrauch von Drogen
- Persönliche Krisen infolge Arbeitslosigkeit oder anderer Ursachen

Mit professioneller Hilfe lernen Sie, Ihren Leidensdruck zu vermindern, Ihre Lebensqualität zu verbessern, sich auf Ihre Stärken zu verlassen und Lösungen zu entwickeln.

# PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

Eine psychologische Beratung hilft, die aktuelle Situation und Problemlage einmal aus einer anderer Sicht anzuschauen und aus einem psychologischen Blickwinkel heraus Lösungen und neue Perspektiven zu finden.

# SYSTEMISCHES COACHING

unterstützt bei der beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung, der Entdeckung und Entfaltung eigener Potentiale, bei der Steigerung von kompetenzen, bei einer Ziel- und Entscheidungsfindung.

# THERAPIEVERFAHREN

Ich arbeite in meiner Praxis ressourcen-, lösungs- und zielorientiert mit Elementen verschiedener moderner Psychotherapieverfahren und -methoden wie ...

- Gesprächstherapie
- Verhaltenstherapie
- Kognitive Verhaltenstherapie
- Rational Emotive Therapie
- Metakognitive Therapie
- Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie
- Paar- und Familientherapie
- Systemisch lösungsorientiertes Coaching
- Kommunikationstherapie
- Medizinische Heilhypnose
- Entspannungstherapie

Ich verbinde diese unterschiedlichen Therapieverfahren methodenübergreifend zu einem Gesamtkonzept der Behandlung.

**„WIR KÖNNEN NICHT BESTIMMEN, WAS UNS IM LEBEN BEGEGNET, ABER WIR KÖNNEN LERNEN, DAMIT POSITIV UMZUGEHEN.“**