

Vad är meningen med ditt liv?

Vem är du?

Vem regisserar ditt liv?



Du har alla svaren inom dig.

”Du har all den kunskap du behöver för att lösa de problem som hindrar dig att utvecklas helt och fullt. Men den kunskapen kan vara svår att nå – den ligger ofta bortom det dagliga medvetandet och nås inte genom konventionellt, logiskt tänkande.” Med samtalsterapi i Psykosyntes får du enkla och kraftfulla verktyg att nå denna kunskap och att bli allt du har möjlighet att bli.

Så fröet till mer harmoni i ditt liv.

Vid olika tillfällen, på olika sätt och av olika anledningar upplever vi alla då och då någon form av obalans i våra liv. Obalansen beror på hur samspellet mellan dina inre krafter fungerar. Detta samspel är avgörande för hur du mår både psykiskt och fysiskt. Kanske mår du dåligt utan att veta varför. Kanske allt är bra men ändå inte. Kanske du inte kan hantera en kris som du befinner dig i. Oavsett anledning så sår du fröet till mer balans och harmoni i ditt liv, genom att bestämma dig för att gå i samtalsterapi. Och kom i håg att i varje problem finns det möjligheter för dig att förädlas, och därmed finna större mening med ditt liv.





Väck din förmåga; friheten att välja.

Du kanske inte kan välja alla händelser på ditt livs resa, men du kan välja om de ska styra ditt liv eller ej. Du kan välja förhållningssätt till dem.

Innerst inne vet du att du har förmågan; friheten att välja. Men kanske har du tappat bort den. Eller rent av glömt bort den. Psykosyntesen hjälper dig att väcka förmågan igen, din inneboende kraft. Vilken ger dig möjlighet att regissera ditt liv – göra medvetna val. Istället för att existera utifrån oönskade beteendemönster – göra omedvetna val.

”Livet är resultatet av de val du gör”

Psykosyntesen och dess grundare.

Psykosyntesen, en väg för mänsklig förädling. En terapiform som visar dig möjligheten att återta ansvaret för ditt liv. Det vill säga att skapa ett samspel mellan kroppen, själen, känslorna och intellektet – ett harmoniskt liv.

Psykosyntesen erbjuder "en verktygslåda" med praktiska verktyg som bland annat består av samtal, guidade meditationer, bildarbete samt delpersonlighetsarbete. Genom dessa verktyg medvetandegörs dina beteendemönster som ofta grundar sig på omedvetna val. När du blir medveten om dina mönster, då först blir du fri att släppa dem för att gå vidare. Nu för att använda din vilja att göra egna medvetna val till ett liv i harmoni.

Dr Roberto Assagioli (1888-1974) är den man som skapade Psykosyntesen. I hans dödsannons sammanfattas hans bidrag till mänskligheten; "...Assagiolis syfte var att skapa en vetenskaplig psykologi som inkluderade människans helhet – kreativitet och vilja, glädje och visdom såväl som impulser och drivkrafter. Han ville dessutom att psykologi skulle vara praktisk – inte endast ge oss en förståelse för hur vi lever men en hjälp för oss att leva bättre, mer fullt ut, i linje med vad som är bäst inom oss."



Definition av hälsa:

”Hälsa innebär fullständigt välbefinnande såväl fysiskt, psykiskt och socialt och inte endast frånvaro av sjukdom”

WHO 1946





Samtalsterapi i Psykosyntes

- Ökar din medvetenhet om dig själv.
- Ökar dina inneboende styrkor och din kreativitet.
- Ökar din förmåga att hantera ditt vardagsliv.
- Ökar din förmåga att få balans mellan privatliv och arbetsliv.
- Ökar din frihet att regissera ditt liv.



Vill du vara ditt livs regissör?

Ring och boka tid för Samtalsterapi.

Lena Onborg / Diplomerad Samtalsterapeut i Psykosyntes

Mottagning: Skarviken/Ystad och Malmö.

Telefon: 0708-38 58 91



reklamkaren a. b. Skarviken/Ystad

BrainSpirit



Skarviken 6, Västra Kustvägen 632-16, 271 93 Ystad.