



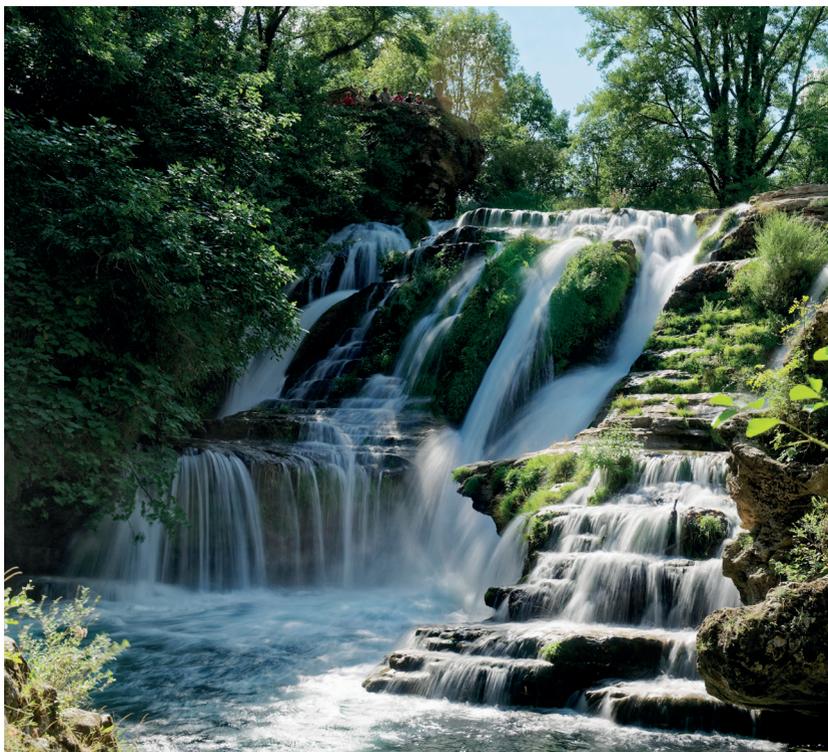
RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Neu in Freiburg!

# Institut für Psychotherapie

**Ein Ort, der in belastenden Lebensphasen Halt gibt.**

Einzel-, Paar- oder Familientherapie – menschlich, zugänglich und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.



---

FNPG Freiburg | Institut für Psychotherapie | Chemin du Cardinal-Journet 3  
1752 Villars-sur-Glâne | Tel. 026 308 12 70 | [psychotherapie@rfsm.ch](mailto:psychotherapie@rfsm.ch)

# Wann ist eine Konsultation sinnvoll?

**Erleben Sie gerade eine schwierige Zeit?**

**Fühlen Sie sich erschöpft, überfordert oder von Ihren Gefühlen überwältigt?**

Wir sind für Sie da, wenn Sie in einer belastenden Lebenssituation stecken. Typische Gründe für eine Konsultation:

- Depression, Energielosigkeit oder Motivationsverlust
- Ängste oder übermächtige Sorgen
- Erschöpfung im Beruf, im Elternsein oder im Studium (Burnout)
- Traumatische Erfahrungen oder belastende Lebensereignisse
- Aufmerksamkeitsstörungen (ADHS)
- Lebenskrisen, Trennungen, Verlusterfahrungen
- Zwangsgedanken und -handlungen
- Essstörungen

## Eine menschliche und vertrauliche psychotherapeutische Begleitung

Hier finden Sie einen **vertrauensvollen Raum**, um sich in Ihrem eigenen Tempo um Ihre psychische Gesundheit zu kümmern.

- Einzeltherapie
- Paartherapie
- Familientherapie

Die Sitzungen werden von erfahrenen psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sowie von Fachärztinnen und Fachärzten für Psychiatrie durchgeführt – auf **Französisch oder Deutsch**.

*«Ich fühlte mich seit Monaten wie gelähmt. Hier konnte ich endlich wieder durchatmen und verstehen, was mit mir los war.»*  
– Laura, 34 Jahre

## Unsere therapeutischen Ansätze

Wir passen unsere Methoden an Ihre individuelle Situation an – auf der Grundlage anerkannter und bewährter Ansätze:

- kognitive Verhaltenstherapie
- systemische Therapie
- psychodynamische Therapie
- personenzentrierte Gesprächsführung
- Psychotraumatologie (EMDR)

## Kosten

Die Kosten werden von der obligatorischen Grundversicherung übernommen – abzüglich Franchise und Selbstbehalt.



Kurzfristige Termine verfügbar  
Neue Patientinnen und Patienten willkommen

## Kontakt

Tel. 026 308 12 70  
psychotherapie@rfsm.ch

## Adresse

FNPG Freiburg  
Institut für Psychotherapie  
-  
Chemin du Cardinal-Journet 3  
1752 Villars-sur-Glâne

[www.rfsm.ch](http://www.rfsm.ch)



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT