

Psychomobile Betreuung  
**bewegt Menschen**



Psychomobile Betreuung heisst Menschen in Neuorientierungsphasen oder Krisen in Form eines betreuten Projektes (1-3 Wochen) mobil und flexibel zur Seite zu stehen, um ihnen den Wiedereinstieg in eine Alltagsstruktur zu ermöglichen.

Mit einer befristeten Kombination von systemtherapeutischen Techniken und sportlichen Aktivitäten werden gemeinsam und «unterwegs» Lösungen aus existentiellen Lebenskrisen erarbeitet.

Psychomobile bietet eine Alternative zu stationären Psychiatrieaufenthalten sowie örtlich fixen Gesprächspsychotherapien. Bewegungspsychologie verhindert blockiertes Zuhause sitzen und sucht nach individuellen und flexiblen Lösungen, die Menschen bewegen und dadurch helfen.

Verlangen Sie den Projektbeschrieb oder klicken Sie auf: [www.psychomobile.ch](http://www.psychomobile.ch)

**Supervision** ist Beratung für Einzelne, Teams und Organisationen, um ihre berufsbezogenen Handlungen zu reflektieren. Emotionales Verständnis, kreatives Denken und die Entwicklung von neuen Perspektiven stehen im Vordergrund. Grössere Zufriedenheit und Wohlbefinden von Privat- und Berufsleben können ein Thema sein.

- Einzel- oder Gruppensetting
- Reflecting Team & Co-Therapie-Coaching
- Psychomobile Supervision

#### **Kurs Stationäre Systemtherapie**

Seminare für Fachleute aus dem Bereich stationäre Betreuung in Heimen, Kliniken, Pflegefamilien oder Wohngruppen:  
[www.psychomobile.ch](http://www.psychomobile.ch)

#### **Kurs für Paare**

Wochenenden oder Abendkurse für Paare, die beweglich bleiben möchten, bevor es zu Krisen kommt. [www.zsb-bern.ch/ku\\_paare.htm](http://www.zsb-bern.ch/ku_paare.htm)

Supervision & Kurse  
**mobilisiert die Psyche**



#### **Markus Grindat**

ZSB Bern, Zentrum für systemische Therapie & Beratung  
Villemattstr. 15, 3007 Bern, 079 237 70 68,  
[info@psychomobile.ch](mailto:info@psychomobile.ch), [www.psychomobile.ch](http://www.psychomobile.ch)

- 9 Jahre Delegierte Psychotherapie Praxisgemeinschaft Bern-West, Dr. Peter Frey
- 6 Jahre Familientherapie in der Kinder- & Jugendpsychiatrie Neuhaus und vorher
- 12 Jahre Jugendarbeit
- Fachhochschultitel in Soziokultureller Animation FH
- Diplom in Paar- & Familientherapie/Zertifikat SGS

**PSYCHO**  
*mobile* bewegt Menschen!

Psychomobile!  
Bewegliche Beratung und mobile Betreuung in Verbindung mit Flexibilität und Erreichbarkeit wenn es um psychosoziale Fragen geht!





**Bewegungspsychologie  
machts möglich**

In der jahrelangen therapeutischen Tätigkeit in der sozial-psychiatrischen Praxis und auf Wunsch vieler meiner Klienten habe ich zunehmend Bewegung einbezogen. Anfängliches Wandern, gemeinsames Radfahren und andere sportliche Aktivitäten haben mir gezeigt, wie in und mit der Bewegung Menschen in ganz andere Gefühlszustände kommen und durch diese zu alternativen Lösungswegen finden. Psychomobile schliesst eine Lücke im Versorgungsnetz. Die stetig steigende Nachfrage nach dieser Therapieform beweist, wie beliebt und erfolgversprechend diese Methode bei Klientinnen ist.

**Sport & Beratung  
die Idee bewegt**

Erste und eindrucksvolle Erfahrungen mit Bewegungspsychologie konnte ich in der Anwendung des Jonglierens bei Menschen mit depressiven Verstimmungen machen. Mit Personen in Lebenskrisen in die Bewegung zu gehen, macht Vieles möglich. Angstpatienten beispielsweise kann draussen – in entspannter Umgebung – im Handeln effizient geholfen werden. Rückmeldungen z. B. von Berufsberatern, Ärzten, Sozialdiensten sowie KundInnen zeigen, dass dieses Angebot geschätzt wird. Bewegungspsychologie, systemische Kurzzeit-Beratung und lösungsorientiertes Allrounding als Kernkompetenzen von Psychomobile bieten Menschen mit konkreten Fragestellungen eine optimale Gesprächsplattform bei der Suche nach ganzheitlichen Lösungen.

Die Kombination von Beratung & Bewegung führt aus dem seelischen Tief und richtet den Blick konsequent nach vorn. Der über die sportliche Aktivität erreichte entspannte Geistes- und Körperzustand in Verbindung mit angewandten wissenschaftlichen und fundierten Methoden aus Psychologie & Familientherapie führt zur so genannten Bewegungspsychologie.

Die geführten Gespräche leiten sich partnerschaftlich aus dem erteilten Auftrag und der individuellen Zielsetzung ab. Je nach Bedürfnis wird eher übers Gespräch oder mit nicht sprachlichen Techniken gearbeitet. Die erzielten Resultate verblüffen Auftraggeber immer wieder. Wird doch der Zugang zu eigenen Stärken in Kombination mit Bewegung freier und stärker wahrgenommen.

Natürlich hat die klassische Beratung je nach Auftrag ihren Sinn. Folglich bleibt das Angebot als Familientherapeut in der Praxis: Bei Ihnen oder bei uns!

[www.psychomobile.ch](http://www.psychomobile.ch)  
[www.familien-beratung.ch](http://www.familien-beratung.ch)



**Psychomobile Beratung  
bewegt den Geist**