

Anna Ihl

Ergotherapeutin, b.c.
Systemische Therapeutin



Getreu dem Motto „Umwege erweitern die Ortskenntnis“ – Kurt Tucholský, habe ich mich auf die Begleitung von Menschen in Veränderungssituationen spezialisiert. Meine Expertise vermittelt Ihnen im besten Fall, den nötigen Input, der Sie dabei unterstützt, bei Übermäßigem (z.B. zu viel Angst) mehr Freiräume zu finden und bei Mängeln (z.B. schwacher Antrieb) sich bei dem, für sie stimmigen Maß einzupendeln. Damit verbunden ist das Ziel, sich als handlungsfähiges Wesen wahrzunehmen und den Alltag spielerischer bewältigen zu können. Weitere Wünsche und Anliegen sind mir jederzeit herzlich Willkommen.

Spezialisiert auf

- Psychosoziale Therapie und Beratung
- Kurzzeittherapie insb. Angstbewältigung
- Familientherapeutische Arbeit
- Gesundheitsmanagement/ Supervision

Leitsatz

„Zum Glück brauchst du Freiheit, zur Freiheit brauchst du Mut.“ – Perikles

Aktuelle Tätigkeitsbereiche:

- Systemische Therapeutin (SG) in eigener Praxis (Einzel/-Paar und Familientherapie)
- Psychisch-funktionelle ergotherapeutische Einzel/- und Gruppeninterventionen in eigener Praxis sowie Justizvollzugsanstalt
- Dozentin für systemische Methodenlehre, Weiterbildungsinstitut
- Praxispartner des Lehrstuhls pädagogische Psychologie für soziale Kompetenz, Universität Mannheim

Ausbildung

- Weiterbildung in systemisch- integrativer Stressbewältigung, Dr. Diana Drexler
- Weiterbildung hypno- systemische Therapie, Dr. Stefan Junker| Dr. Gunther Schmidt
- Weiterbildung systemische Paar und Sexualtherapie, Ulrich Clement
- Ausbildung zur systemischen Therapeutin, Dr. Bernd Schuhmacher
- Achtsamkeitsbasiertes Training "Presence in Stillness", Mike Boxhall
- Weiterbildung in Dialektisch Behaviorale Therapie nach Marsha L. Linehan
- Weiterbildung Meta- kognitives Training
- Ausbildung zur "Soziale Kompetenz" Trainerin, Hingst und Pflingsten
- Ausbildung zur systemischen Beraterin, Stephan Hausner
- Studium Ergotherapie B.C., Heerlen Niederlande
- Ausbildung zur Ergotherapeutin, IB Aschaffenburg

Wichtige berufliche Stationen

- Psychosoziale Beratung im Kontext berufliche Rehabilitation
- Therapeutisches Arbeiten im klinischen Kontext
- Praxisgründung

Kontakt

Anna Ihl
Schwetzingerstr. 173
68165 Mannheim
info@anna-ihl.de
0174/9626407