

Über mich

Es sind die Begegnungen mit den Menschen, die mich seit jeher fasziniert haben. Geplant oder spontan, gesucht oder einfach passiert.

1965 geboren, habe ich nach meinen Studien der Theologie und der Religionspädagogik in Wien viele Möglichkeiten gehabt Menschen zu begegnen und in unterschiedlichen Berufen diese Begegnungen für sie hilfreich zu gestalten: als AHS Lehrer, in der Trauerbegleitung und in der Telefonseelsorge, in der Mitarbeit für Sozialprojekte sowie in der Begleitung von vielen ehrenamtlich arbeitenden Menschen.

Mein Angebot, Sie zu unterstützen heißt zuallererst, dass da genug Raum ist für Ihre Anliegen, Themen und Sorgen. Und dass dann im Fortschreiten Vieles in Ihrer Entwicklung möglich werden kann. Denn „das gute Leben ist ein Prozess, kein Zustand“ (Carl R. Rogers).



Alt werden – Wohlbefinden behalten

MMag. Stephan Kopelent

PSYCHOTHERAPEUT IN AUSBILDUNG UNTER SUPERVISION

T. +43 650 620 20 75 | E. info@psychotherapie-kopelent.at | W. www.psychotherapie-kopelent.at

PRAXIS BAD FISCHAU

Wiener Neustädter Straße 32
2721 Bad Fischau

PRAXIS WIEN

Sechshäuser Straße 9/28-29
1150 Wien



Stephan Kopelent

GERONTO-PSYCHOSOZIALE BERATUNG

Alt werden – Wohlbefinden behalten

Menschen, die Ihnen nahe stehen, oder die Ihnen zur Pflege anvertraut sind, sind erkrankt und brauchen Ihre Aufmerksamkeit, Ihre Zuwendung, Ihre Unterstützung. Oft aber verhalten sie sich krankheitsbedingt ganz anders als Sie es erwarten oder sich wünschen würden. Dies führt zu Belastungen für beide.

In der geronto-psychozialen Beratung unterstütze ich Sie durch Informationen über die verschiedenen Alterskrankheiten, insbesondere über die Demenz. Wer weiß, woher sich welche Krankheiten wie entwickeln, kann oft besser mit kranken Menschen umgehen.

Mit meiner Beratung verbunden sind hilfreiche Ratschläge und Tipps für den konkreten Umgang mit Ihren Angehörigen oder den Ihnen zur Pflege anvertrauten Menschen. Kontaktadressen von Hilfsorganisationen stelle ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Geteilte Freud, halbes Leid!

Der Austausch mit anderen (pflegenden) Angehörigen ist erleichternd und informativ. Ich organisiere und leite Gesprächskreise in Bad Fischau-Brunn (Nähe Wiener Neustadt) und in 1150 Wien. Die aktuellen Termine finden Sie auf meiner Website.

Hilfe für Betroffene, Pflegernde und Angehörige

Ich unterstütze Sie bei den besonderen Herausforderungen, die das Alter mit sich bringt:

- Förderung Ihres allgemeinen Wohlbefindens
- Förderung Ihrer kognitiven und sozialen Fähigkeiten
- Entlastung, wenn Sie Ängste oder Spannungen spüren oder sich in einem Konflikt befinden
- Bewältigung Ihrer emotionalen und sozialen Veränderungen
- Trauerarbeit
- Therapiearbeit, wenn Sie zum Beispiel Aggressionen oder Panikreaktionen spüren, wenn Sie Merkmale von Unruhe oder Schlaf-Wach-Rhythmus-Störungen zeigen
- Biografiearbeit: Im Teilen Ihrer Erinnerung schauen wir gemeinsam auf Vieles, was Ihnen im Leben wichtig und wertvoll ist, was Ihnen Freude oder Schmerz bereitet.