

## **Marie Lundman-Völker**

Jag är auktoriserad socionom med examen 1982, har en fil mag. i socialt arbete och är leg. psykoterapeut auktoriserad av Svenska föreningen för kognitiva och beteendearbetande terapier.

Jag har arbetat mer än 10 år inom vuxenpsykiatrisk öppenvård, på senare år främst med unga vuxna. Innan jag började arbeta inom psykiatrin arbetade jag främst med missbruksproblem och familjeproblematik.

Kognitiv terapi erbjuder ett respektfullt samarbete mellan terapeut och klient utifrån här och nu. Ibland är det nödvändigt att undersöka erfarenheter tidigare i livet för att kunna nå en förändring. Gemensamt utforskar man hur tankemönster och känslor påverkar våra beteenden och upplevelser som blivit alltmer hindrande i vardagen. Terapeut och patient arbetar då tillsammans för att förändra detta utifrån det gemensamma mål som man kommit överens om.

Utgångspunkten för det terapeutiska arbetet är klientens egna önskemål om förändring. Hemuppgifter mellan sessionerna är en viktig del av arbetet för att kunna nå en varaktig förändring.

Jag arbetar gärna med ångest i olika former såsom social fobi och panikångest, nedstämdhet, utbrändhet, stress, livskriser, överkonsumtion av alkohol, låg självkänsla och relationsproblem. Jag arbetar med alla åldrar men är främst inriktad på unga vuxna och vuxna.

Samtalen sker oftast i individuella möten men möjlighet finns att någon närstående är med på ett eller flera möten om det känns värdefullt.

Besöksadress: Hantverkargatan 8, även kvällstid.

[marie.lundman-volker@tele2.se](mailto:marie.lundman-volker@tele2.se)

0707-67 29 42