

# Har dit barn ondt i sjælen?



Flere og flere børn og unge oplever at føle sig presset i hverdagen. Det kan være pga. skole, studier, mobning, pres fra kammerater, den polerede livsstil på de sociale medier - eller noget helt sjette.

Det fører ofte til en følelse af ensomhed, lavt selvværd og tristhed - og i visse tilfælde til spiseforstyrrelser eller forskellige former for selvskade.

Er du bekymret for, om din søn eller datter tumler med nogle ting, I ikke selv kan løse, står jeg klar til at hjælpe.

Det kan fx være:

- Stress
- Lavt selvværd
- Manglende selvtilid
- Angst
- Ensomhed
- Tristhed
- Følelsesmæssigt kaos
- Mobning

- Spiseforstyrrelser
- Gentagne uhensigtsmæssige handlinger, tanker eller adfærd
- Sorg eller traumatiske oplevelser

Jeg har efter min uddannelse som fysioterapeut i 1995 uddannet mig som eksamineret psykoterapeut og har adskillige års erfaring med almen psykoterapi målrettet børn og unge.

Behandlingen foregår via samtale med udgangspunkt i neuroaffektiv psykoterapi, hvor målet er at skabe sammenhæng mellem det følelsesmæssige, det ubevidste og det kropslige. Jeg arbejder således i fællesskab med barnet/den unge om at skabe balance mellem krop, sansninger, tanker og handlinger.

**Sanne Stæhr Wehner**  
*Psykoterapeut og  
fysioterapeut*



*"Jeg brænder for at hjælpe børn og unge med at finde deres indre styrke, så de får lettere ved at gå ud i verden og tage imod alle de gode ting, livet tilbyder.*

*Sammen finder vi ind til kernen i personen og problemet, løsner op for udfordringerne og opbygger selvværd, selvtillid og mod på livet."*

Sanne Stæhr Wehner har efter sin uddannelse som fysioterapeut i 1995 uddannet sig som eksamineret psykoterapeut. Hun har adskillige års erfaring med både tværfaglig smertebehandling og almen psykoterapi.

Sanne har ud over sin uddannelse som neuroaffektiv psykoterapeut også den kropsterapeutiske uddannelse BAT. Hun har specialiseret sig i at hjælpe børn og unge og har blandt andet arbejdet som frivillig psykoterapeut ved TUBA (Terapi og rådgivning for Unge, som er Børn af Alkohol- og stofmisbrugere.



## Tidsbestilling

Ring på 2129 4716 (mandag-søndag 07.00-21.00) eller send en SMS til 2129 4716 (døgnet rundt) med forslag til tid, så kontakter vi dig snarest.

Ring eller  
send en sms på  
**2129 4716**

eller send en mail til  
[sanne@gug-fysioterapi.dk](mailto:sanne@gug-fysioterapi.dk)

**5 min. fra E45  
(afkørsel Aalborg S).  
Parkering lige  
ved døren**

Gug Fysioterapi  
Gugvej 152 A | 9210 Aalborg SØ  
[www.gug-fysioterapi.dk](http://www.gug-fysioterapi.dk)



**GUG|FYSIOTERAPI**  
Center for fascial manipulation