

# MEINE PERSON

Diplom-Psychologe

Psychologischer Psychotherapeut  
(Verhaltenstherapie)

Master of Advanced Studies in Psychotherapie

Schmerzpsychotherapie

**Langjährige praktische Erfahrung in  
Psychotherapie und Schmerztherapie**



# DIE PRAXIS

**Praxis für Psychotherapie und Beratung**

Dipl.-Psych. Tobias Pisarski

🏠 Candidplatz 9 | 81543 München  
c/o dgvt im Ärztehaus

✉ kontakt@verhaltenstherapiemuenchen.de

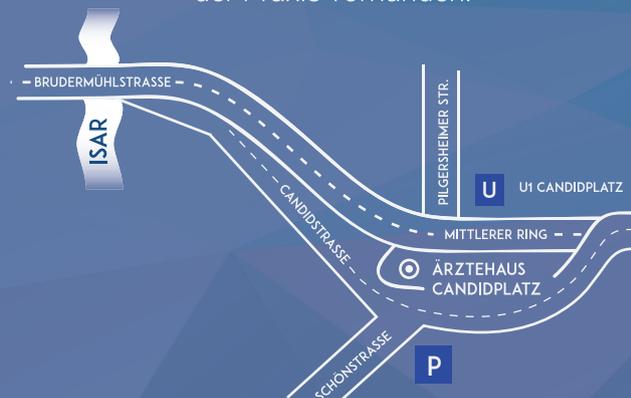
📞 089/55 27 67 52 | 0151/23 28 67 43

🌐 [www.verhaltenstherapiemuenchen.de](http://www.verhaltenstherapiemuenchen.de)

Sprechzeit: Mo., 12:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Sprechen Sie bitte außerhalb meiner Sprechzeit auf den Anrufbeantworter und hinterlassen Sie Ihren Namen und Ihre Telefonnummer. Ich rufe Sie dann baldmöglichst zurück.

Die geräumige und helle Praxis befindet sich direkt an der U-Bahnstation "Candidplatz". Parkmöglichkeiten sind unmittelbar in der Nähe der Praxis vorhanden.



## TOBIAS PISARSKI

Praxis für Psychotherapie und Beratung

**VERHALTENSTHERAPIE  
BERATUNG & COACHING  
SCHMERZPSYCHOTHERAPIE**

## VERHALTENSTHERAPIE

In der Verhaltenstherapie arbeite ich mit Ihnen an hilfreichen **Lösungswegen** und konkreten Zielen. Im Vordergrund steht das Prinzip "Hilfe zur Selbsthilfe": Sie sollen die Erschwernisse des Lebens wieder möglichst rasch ohne therapeutische Unterstützung bewältigen können. Wir orientieren uns dabei ganz bewusst an Ihren **Fähigkeiten** und Möglichkeiten, guten Erfahrungen aus der Vergangenheit und anderen Reserven, die Sie als wirkungsvoll erleben.

Ich bearbeite mit Ihnen unter anderem folgende Probleme:

- » Depression und Burnout
- » Ängste und Zwänge
- » Traumabearbeitung
- » Psychosomatische Beschwerden
- » Chronische Schmerzen
- » Selbstwertprobleme
- » Akute Lebenskrisen
- » ADHS
- » Sexuelle Funktionsstörungen
- » Essstörungen
- » Tinnitus

## BERATUNG & COACHING

Als psychologischer Coach und Berater **unterstütze** ich Sie dabei, bei konkreten Fragestellungen oder Problemen den Überblick zu bewahren und konkrete, wirksame Lösungen zu finden. Mir liegt dabei am Herzen, mit Ihnen gemeinsam Ihre **Stärken** und Potentiale zu entdecken und für Sie nutzbar zu machen.

Ich helfe Ihnen beispielsweise bei folgenden Themen:

- » Burn-Out-Symptome
- » Berufliche Neuorientierung
- » Erziehungsfragen
- » Konflikte in der Familie/Partnerschaft

## SCHMERZPSYCHOTHERAPIE

Gemeinsam gehen wir auf die Suche danach, was für den chronischen Schmerz verantwortlich sein könnte. Jeder Schmerz, den Sie empfinden, ist echt und nicht eingebildet. Ein zentrales Ziel ist es, dass Sie sich im Umgang mit Schmerzen **nicht mehr hilflos** fühlen. Schritt für Schritt erarbeiten wir Lösungen, die Sie von Duldung und Resignation wegführen. In verschiedenen Übungen lernen Sie, wie Sie dabei eine **aktive Rolle** übernehmen können.

Anlässe könnten folgende sein:

- » Rückenschmerzen
- » Kopfschmerzen und Migräne
- » Somatoforme Schmerzen
- » Neuropathische Schmerzen
- » Fibromyalgie
- » CRPS

