

# Forside

## VELKOMMEN

Jeg hedder Anne Stokkebæk.

Jeg er universitetsuddannet og autoriseret psykolog.

Her på hjemmesiden kan du finde forskellige informationer om mig, mine behandlingstilbud, priser m.m.

Du kan også finde artikler, som jeg har skrevet om forskellige psykiske problemer og behandlinger. Fx. om stress, angst, depression, sorg og søvnproblemer.

Nogle af artiklerne er korte og andre er lange.

Du er velkommen til at udskrive.

## Har du brug for en psykolog?

Livet kan til tider være vanskeligt og stille os over for problemer og udfordringer af mange forskellige slags. Tab af nære pårørende, sygdom, andre kriser, stress, angst, depression, ensomhed, parforholdsproblemer m.m.

Samtaler med en psykolog kan give dig mulighed for at få delt og vendt svære tanker, følelser og oplevelser og få arbejdet med fastlåste reaktionsmønstre. Så du kan få det bedre med dig selv og andre.

## **Indenfor områderne**

- Sorg
  - Stress
  - Depression og tristhed
  - Krise
  - Kronisk sygdom og kronisk smerte
  - Selvværd- og selvtillidsproblemer
  - Angst og nervøsitet
- 
- Socialangst
  - Sygdomsangst
  - Panikangst
  - Eksamens-og præstationsangst
  - Generaliseret angst

## **Jeg tilbyder terapi for voksne**

Fra tidlig ungdom til sen alderdom

- Individuel terapi
- Parterapi
- Gruppeterapi

Min praksis ligger to steder:

Indre Nørrebro

Brønshøj

Der er gode parkeringsmuligheder begge steder.