



Kognitiv psykoterapi, samtaler og coaching

Vi arbeider mellom annet med angst, fobi, nedstemthet, stemningsproblem, humørsvinging, depresjon, kommunikasjon og samliv.

Mange av oss trenger hjelp til å komme videre i livet, mestre utfordringer i hverdagen og finne egne styrker. Et samarbeid med oss vil gi deg effektive metoder du selv vil mestre.

Vi tilbyr individuelle samtaler, trening i oppmerksomt nærvær, foreldreveiledning, parsamtaler og coaching innen kognitiv psykoterapi av godkjente kognitive terapeuter.

977 71 355

www.pegahuman.no post@pegahuman.no

Denne siden vil bli oppdater og utvidet i nærmeste framtid

Du kan inntil videre kontakte

Per Jostein Matre, telefon 97 771 355

pjm@pegahuman.no

post@pegahuman.no