

Sehr geehrte Frau Dr. Wötzel,

nun ist es schon ein halbes Jahr her, dass ich das letzte Mal bei Ihnen war. Ich möchte mich noch einmal recht herzlich bei Ihnen bedanken, dass Sie mir geholfen und mich immer unterstützt haben. Ich habe in dieser kurzen Zeit wirklich sehr vieles gelernt, vor allem, dass man immer an sich glauben muss und sich nicht selber den Schwarzen Peter unterjubelt. Ich habe wahnsinnig viele und für mich große Erfolge erzielen können, wie z.B. auf der Autobahn zu fahren, in die Höhe zu gehen usw., die ich jeden Tag ausbaue. Ich bin zwar noch nicht da, wo ich hin will, aber ich lasse mir Zeit und setze mich nicht mehr unter Druck. Auch vertrete ich inzwischen meinen Standpunkt und meine Meinung und ich merke, es geht mir sehr gut, wenn ich mich nicht mehr verstecke und alles runterschlucke.

Meine Angstzustände sind durch die Therapien positiv beeinflusst worden. Ich konnte meine Stärken wahrnehmen, was mir früher nur schwer gelang.

Ich habe mich bei Ihnen immer sehr willkommen gefühlt und ging immer mit einem guten Gefühl nach Hause.

Für Sie selbst wünsche ich Ihnen alles Gute-

(männlich, 27 Jahre)