Wandlung und Entfaltung

"Und es kam der Tag, da das Risiko, in der Knospe zu verharren schmerzlicher wurde, als das Risiko zu blühen."

Psychologische Beratung & Coaching - Raum für Entwicklung und Entlastung

In Zeiten persönlicher oder beruflicher Herausforderungen, bei Umbrüchen oder dem Wunsch nach innerem Wachstum kann psychologische Beratung eine wertvolle Begleitung sein.

Sie bietet Raum für Reflexion, neue Perspektiven, Wachstum und persönliche Entwicklung.

Als psychologische Beraterin bin ich Ihre vertrauensvolle Gesprächspartnerin - mit Empathie, wertfrei und einem offenen Ohr für Ihre Anliegen.

Ich untersütze Sie dabei:

- Ihre inneren Ressourcen zu stärken und bewusst einzusetzen
- mit belastenden oder herausfordernden Situationen konstruktiv umzugehen
- Selbstvertrauen und Selbstakzeptanz zu fördern
- persönliche oder berufliche Veränderungsprozesse zu integrieren
- Strategien zur Stressbewältigung zu entwickeln
- mentale Stärke aufzubauen

Sämtliche Beratungen unterliegen selbstverständlich der Schweigepflicht!