

Ihrer Größe Raum geben – Eine Auswahl möglicher Themen in Ihrer Therapie:

- Lösung Ihrer Entwicklungs- und Bindungstraumata
- Unterstützung in Sie aktuell belastenden Situationen
 - Überwindung Ihrer Traumafolgen

(Innere Konflikte, Ängste, Unsicherheit, geringes Selbstwertgefühl, Probleme im Umgang mit persönlichen Grenzen, Psychosomatische Beschwerden, Burnout)

- Heilungsimpulse für Ihre Transgenerationalen Traumata
- Traumasensible Begleitung für Sie und Ihren Partner / Ihre Partnerin
- Ermächtigung im Umgang mit Ihren durch Willkür und Demütigung in Familie, Beruf oder Gesellschaft entstandenen Traumata

(Mobbing, Ausgrenzung, Vertrauensbrüche, Ostdeutsche Biographie-Erfahrungen)

- Gesundung der Verletzungen Ihrer intimen Integrität

(Traumatische Erfahrungen unter der Geburt, Mißbrauch, Übergriffe)

~

Persönlichkeit führt – Eine Auswahl möglicher Themen in Ihrem Coaching:

Unterstützung bei der Erhaltung, Stärkung und Wiedergewinnung Ihrer psychischen Gesundheit, Ihrer Resilienz und Ihrer **Fähigkeit zur Selbstregulation**, insbesondere

- in Phasen außergewöhnlich hoher betrieblicher Anforderungen
 - in spannungsreichen oder konflikträchtigen Situationen
- nach schwerwiegenden oder traumatischen Erfahrungen oder Ereignissen.

Unterstützung bei der Entwicklung, Erhaltung und Erweiterung Ihrer **Führungskompetenz** insbesondere in den Facetten

- Menschlich und wertebewusst führen
 - Klar kommunizieren
- Souverän und authentisch präsentieren

Unterstützung bei der kraftvollen **Ausrichtung auf Ihre Lebensziele** beispielsweise

- Vom Beruf zur Berufung
- Den Boden bereiten für Ihre Selbständigkeit oder die Gründung Ihres Unternehmens
 - Ihren Platz im Leben finden
 - Eine glückliche Partnerschaft führen
 - Liebe 50+