



ANDREAS SCHOLZ

HEILPRAKTIKER FÜR PSYCHOTHERAPIE
UND KREATIV COACH

Fragen zum Beratungsablauf
oder individuelle Angebote?

Jederzeit kostenlos unter!

www.kreativgeloest.com

0151 / 10 42 35 30

A large, weathered stone Buddha statue is the background of the right side of the page. The Buddha's face is the central focus, with eyes closed in a meditative state. The stone is grey and shows signs of age and wear. The lighting is soft, highlighting the texture of the stone.

STRESSBEWÄLTIGUNG

LIEBE BERLINER SEELE,

Wenn die Stadt nervt, die Arbeit immer mehr verlangt und die Geduld mit der Familie / den Kindern langsam an ihre Grenzen kommt, dann wird es Zeit, einen Gang herunterzuschalten.

Nicht jedes Problem ist gleich pathologisch und muss therapiert werden. Aber wenn „höher, schneller, weiter“ an seine Grenzen kommt und gefühlt schon bald Karōshi (Tod durch Überarbeitung) droht, dann ist Effizienz sicher nicht mehr die beste Devise.

Eine der häufigsten Ursachen für Burnout ist der Kraftakt, etwas am Laufen zu halten, was man im Grunde gar nicht mehr liebt. Ich kann Dir helfen, dieses Hamsterrad zu verlassen.

Hast Du Fragen zum Beratungsablauf oder möchtest Du ein individuelles Angebot?
Melde Dich gerne unter:

<https://kreativgeloest.com>

+49 (0)151 / 10 42 35 30

Du kannst mich auch online kennenlernen unter calendly.com/kreativgeloest

STRESS BEWÄLTIGEN

mit emotionaler Kompetenz
und mehr Selbstvertrauen

BLOCKADEN LÖSEN

mit neuen Glaubenssätzen
und klaren Prioritäten

KONFLIKTE VERMEIDEN

mit Interventionsübungen
zur Krisenbewältigung

BURNOUT VORBEUGEN

mit hypnosystemischen
Entspannungsübungen

**KREATIV
& GELÖST**

FREI | UNABHÄNGIG | SELBSTBESTIMMT