

Gabriele Bühler
Psychologische Beraterin – ILP-Therapeutin
Mitglied im Verband Freier Psychotherapeuten und Psychologischer Berater e. V.
Mitglied im Internationalen Fachverband ILPV

Zukunftsängste

Blockaden

Vermeidungsstrategien

Verlustängste

Sorgen

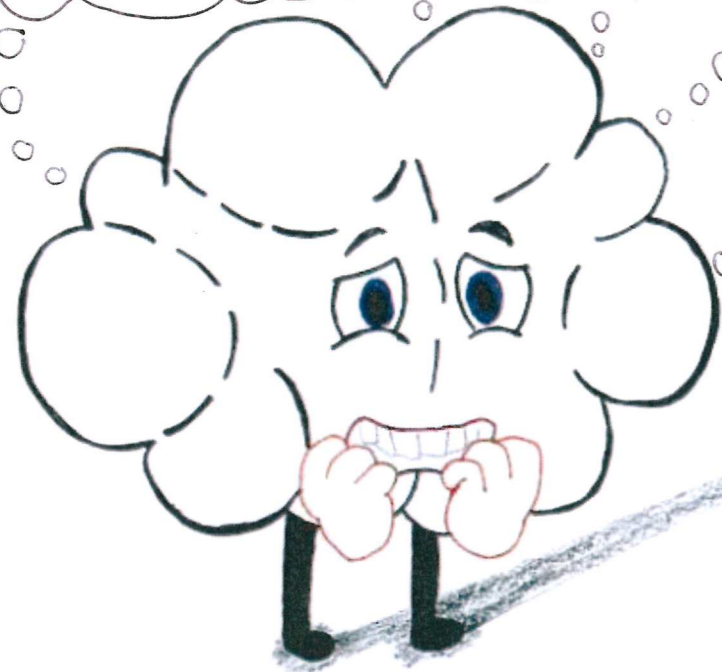
Existenzängste

Zweifel

Phobien

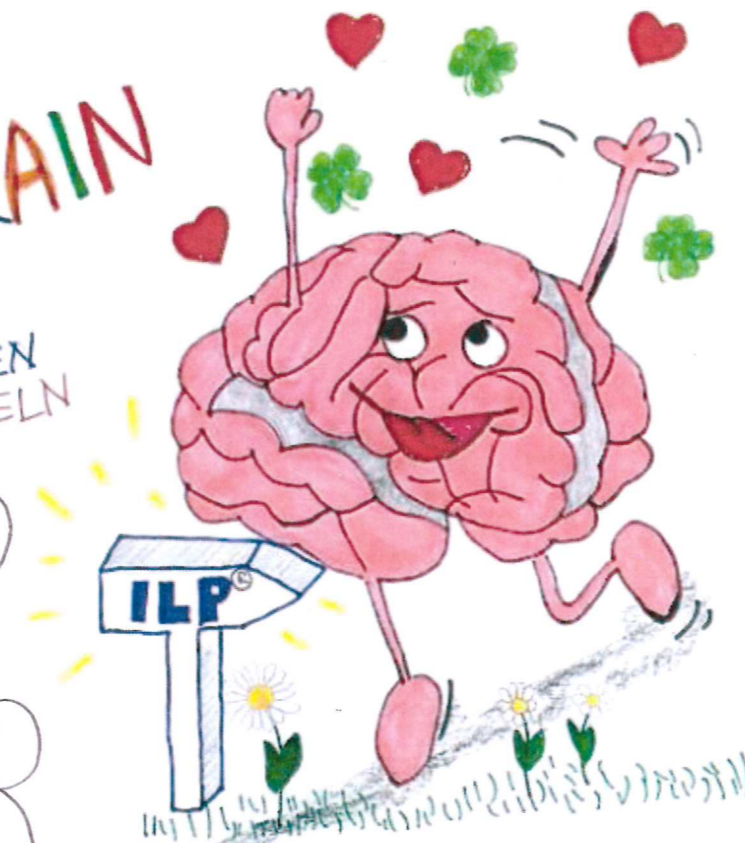
Panik

Zwänge



#CHILL YOUR BRAIN

FÜHLEN
DENKEN
HANDELN



Start ab Juni 2020

Online-Workshop

für bis zu 4 Teilnehmer

190.-€/Person

6x60 Min

an 6 aufeinander folgenden Tagen

Di 09.06. - So 14.06.2020

18:00 - 19:00 Uhr

an 6 Tagen auf 2 Wochen verteilt

Di 09.06. - Do 11.06.2020

Di 16.06. - Do 18.06.2020

10:00 - 11:00 Uhr

an 6 Einzelterminen in 6 Wochen

Termine nach Vereinbarung

zubuchbar:

Skypeberatung als Supervision

20.-€/15 Min.

1 Tagesworkshop - vor Ort in der Praxis

Kleingruppe max. 5 Teilnehmer

190.-€/Person

9-17 Uhr inkl. Pausen

Termine nach Vereinbarung

zubuchbar:

Skypeberatung als Supervision

20.-€/15 Min.

ODER

CHILL YOUR BRAIN

Viele Menschen sind unsicher, der eine mehr, der andere weniger. Ein ungutes Gefühl, Herzrasen, Enge in der Brust - sie haben Angst.

Aufklärung ist vorhanden, Hinweise wie man sich bestmöglich schützen kann auch.

Doch wie geht jeder einzelne mit seinen Emotionen um, mit den Angstgefühlen, die tief verwurzelt sind und die jetzt mit einem 'Knall' an die Oberfläche katapultiert werden?

CHILL YOUR BRAIN...

... ist ein **Kriseninterventionstraining** für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, denn jeder hat seine eigene 'Art und Weise' mit Krisensituationen umzugehen.

... ist ein **Achtsamkeitstraining** mit praktischen Übungen, die sofort helfen sich wieder ruhig, gegenwartsbezogen und aufgestellt zu fühlen.

... ist ein **Workshop** für psychologische Coachs, um in 'Zeiten wie diesen' dem Klienten schnelle und bestmögliche Unterstützung anbieten zu können.

Es beinhaltet persönlichkeitsgerechte Ressourcenarbeit auf den Punkt genau, incl. Handwerkszeug aus der Systemischen Therapie und der Traumatherapie.

lösungsorientiert - zielgerichtet - ressourcenorientiert

Anmeldung unter:

Tel. 0049 (0) 7628 – 94 27 68

Fax 0049 (0) 7628 – 94 27 69

Gabriele.Buehler@ilp-kurztherapie.com

www.ilp-kurztherapie.com