

Einzelberatung

Martin Lehmann-Waldau
www.anwaltsmediation-kalsruhe.de

Der Anlass: In einer Zeit zunehmender Unsicherheit und Geschwindigkeit suchen viele Menschen wieder nach einer Ausrichtung. Die Herausforderung ist, Klarheit ins eigene Leben zu bringen. Diese Klarheit hilft, sich im Alltag der Partnerschaft, des Berufes, der Familie und der Gesellschaft wohlfühlen. Menschen wollen einen Sinn in ihrem Leben sehen und damit auch in Verbindung stehen.

Die Technik: Meine Techniken dienen dazu, den Menschen mit den eigenen Werten zu verbinden und Verstrickungen mit fremden Einflüssen zu entwirren. Dazu arbeiten wir mit dem Körperbewusstsein, dem Unterbewusstsein und der Ebene des Herzens. Aus dem Kennenlernen des eigenen Selbst und seiner Funktionsweise auf allen Ebenen entsteht ein Fokus. Ein innerlich fokussierter und integrierter Mensch steigert seinen Sinn und seine Freude in allen Lebensbereichen. Er ist erfolgreicher und zugleich ausgeglichener in Beziehungen, im Beruf und in der Gesellschaft.

Die Methoden: Ich arbeite auf der Grundlage der Internal Family Systems Therapy von Richard Schwarz. Wir nehmen Kontakt auf mit den inneren Anteilen und integrieren diese, so dass das eigene Selbst wieder kongruent und klar die Führung übernimmt.

Hinweis: Die Sitzungen sind kein Ersatz für Psychotherapie oder ähnliche heilende Leistungen. Grundlage ist die volle Verantwortung für die eigenen Entscheidungen und Handlungen. Für therapeutische Angebote wenden Sie sich bitte an dafür zugelassene Ärzte oder Therapeuten.