

Dipl.Soz.päd. Mila Stenzel Psychologische Beratung

Martin-Niemöller-Str. 11
Elmshorn 25335

Telefon : 04121 103715
Fax: 04121 103716

Neue Lösungswege finden!

Ich helfe Ihnen nachhaltig und unkompliziert beim Finden von Lösungen für Ihre Probleme, Fragen und Sorgen. Klarheit, Entschlossenheit und Leichtigkeit sollten Ihr Leben und Ihre Handlungen bestimmen. Doch manchmal ist das gar nicht so leicht. In bestimmten Lebenssituationen, z.B. in beruflicher oder privater Überforderung, Stress oder nach einem Verlust, läuft es nicht mehr so wie früher. Mit Empathie, Fachwissen und einer individuellen Vorgehensweise helfe ich Ihnen, sich selbst zu helfen. Entdecken Sie, wozu Sie selbst fähig sind. Machen Sie jetzt den ersten Schritt und nutzen Sie meine kostenlose Erstberatung (online oder telefonisch). Helfen Sie sich selbst!

Was zunächst suspekt klingt, ist jedoch Ihr Schlüssel zum Erfolg. Meine psychologischen Beratungen sind so individuell wie Sie und lassen sich oftmals nicht kategorisieren. Ich möchte Ihnen einen groben Überblick geben, wobei Ihnen meine Beratungen weiterhelfen. Oftmals sind Situationen und Zusammenhänge und deren Auswirkungen komplex.

Bestimmte Probleme betreffen Einzelpersonen und Familien zusammen – gehen manchmal sogar ins berufliche über oder umgekehrt. Haben Sie Gedanken oder Erlebnisse – auch „peinlicher“ oder „ungewöhnlicher“ Art, über welche Sie mit niemanden reden können?

Lassen Sie es raus! Ich betrachte Ihre Situation ganzheitlich und urteile nicht über Sie.

Sie selbst entscheiden, über was Sie sprechen möchten.

Vielleicht kommen Ihnen ganz konkrete Beispiele aus dem Alltag bekannt vor: Traurigkeit Unzufriedenheit Grübeleien Niedergeschlagenheit Gereiztheit Erschöpfungszustände Konflikte Ängste Hoffnungslosigkeit Schlafstörungen Krisen Verlust von Sinnhaftigkeit Depressive Verstimmungen Ausweglosigkeit Selbstschädigende Verhaltensweisen Burn Out Überwinden Sie Ihre Hemmschwelle. Psychologische Beratungen sind nichts Schlimmes. Viele haben das Bild im Kopf, auf einer Couch liegend analysiert und kontrolliert zu werden. Doch das Gegenteil ist der Fall. Meine psychologische Beratung hilft Ihnen beim Erkennen, Verstehen und ggf. beim Verändern Ihrer Situation und zahlt sich in vielfacher Hinsicht aus. Geben Sie nicht nur auf Ihren Körper Acht, sondern ebenso auf Ihre Psyche. Ich biete Ihnen eine professionelle Wegbegleitung, die Ihnen neue Pfade, sich selbst zu helfen, zeigt. Ich helfe Ihnen, Ihre eigenen Stärken (wieder) zu finden und mit Motivation und eigenen Ressourcen Ihre Ziele zu erreichen.

[Besuchen Sie die Webseite](#)
[Angebot anfordern](#)
[Einem Freund empfehlen](#)

