

 Psychotherapie

Angst-Coach

Ängste sind ein elementares Thema in Beratung, Coaching und Therapie. Manche sprechen es deutlich aus, andere berichten eher von Hemmungen oder unangenehmen Gedanken.

Oft geht es um:

- Existenzangst
- Verlust- oder Versagensängste in Studium, Job, Beziehung, Sport
- Angst vor Kontrollverlust
- Angst vor Vereinsamung
- spezifische Ängste (Aufzug, Hunde, Höhe, etc.)
- schwer definierbare / unbestimmte Ängste

Die Erfahrung zeigt, dass Ängste durch Aspekte verursacht werden, die den Klient/innen gar nicht bewusst zugänglich sind. Hier setzen die Inhalte dieses Seminars an. Coaching soll keine Therapie einer tiefen Angststörung ersetzen, sondern helfen,

- Angst zu verstehen und einzuordnen
- einflussreiche Aspekte zu erkennen
- Klienten/innen einen neuen Blickwinkel zu eröffnen
- Techniken zu kennen und Klienten/innen damit zu begleiten

Im Vordergrund stehen praxisorientierte Skills und Tools aus der täglichen Coachingpraxis, um Klient/innen einen strukturierten Weg aufzuzeigen, Angst wieder auf ein funktionales Niveau zu korrigieren.

Das Seminarangebot richtet sich an therapeutisch und beratend Tätige.

Termine

Sa, 20.06.2026
10:00-17:00 Uhr

So, 21.06.2026
10:00-17:00 Uhr

Preis

370,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Mönchengladbach
Hindenburgstr. 34/Ecke Krichelstr. 21
41061 Mönchengladbach
Tel. 02161-20 40 51

Seminarnummer

SSH41200626

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 19.03.2026

Dozentin

Monika Kirst

Jg. 1956. Nach der Ausbildung zur Krankenschwester mit Berufserfahrung in OP und Psychiatrie, folgte die Ausbildung zur Lebens- und Gesundheitsberaterin sowie einer Ausbildung zur Fitness- und Mentaltrainerin. Sie absolvierte Weiterbildungen im Bereich Kinesiologie, NLP, Autogenes Training und Entspannungsmethoden. Sie schloss die Ausbildung zur Heilpraktikerin mit der Prüfung 1999 ab und ist seit 2000 in eigener Praxis tätig mit den Schwerpunkten Hypnose, Orthomolekularmedizin, Ernährung, Aromatherapie, EFT. Ergänzend folgten weitere Ausbildungen in Reiki, schamanischen Techniken und spiritueller Lebensberatung. In diesen Themenbereichen ist Frau Kirst auch als Dozentin an der Paracelsus Schule tätig.