

Angst-Coach

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



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 profunden 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.

Dozent/in Sabine Kost: Seit vielen Jahren in der Wahlheimat Köln lebend, verheiratet, 2 erwachsene Kinder. Nach vielen Jahren Berufserfahrung auf dem Gebiet der Laboratoriumsmedizin in Diagnostik und Forschung sowie in der medizinischen Lehre auf den Gebieten Hämatologie, Onkologie und Zytologie, fühlte sich Frau Kost zunehmend zur Psychologie und Psychotherapie hingezogen und absolvierte Studiengänge auf den Gebieten Traumatherapie, Systemische Therapie und Hypnotherapie. Die Zulassung zur Heilpraktikerin fand vor dem Gesundheitsamt Köln statt. Frau Kost ist erfolgreich als Heilpraktikerin in Köln niedergelassen und bringt ihre Erfahrung und Kompetenz als Dozentin bei den Paracelsus Schulen ein.

Termine:

Sa. 14.02.2026

So. 15.02.2026

jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:

270,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Barbarossaplatz 4
50674 Köln
Tel. 0221 - 923 07 70**

Seminarnummer:

SSA50140226

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

