

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 HP Psy Kim Lara Kuhla: Jg. 1998. Nach der Ausbildung zur Sozialassistentin absolvierte Frau Kim Lara Kuhla die Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie spezialisierte sich auf die Begleitung von Menschen mit Angststörungen, traumatischen Erfahrungen, Trauerprozessen sowie Burnout. Heute ist sie sowohl in eigener Praxis als Therapeutin tätig als auch als Dozentin in der Erwachsenenbildung aktiv.

Termine:

Sa. 28.02.2026

So. 01.03.2026

jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:

370,- Euro *

Paracelsus

Gesundheitsakademie

Doberaner Str. 114

18057 Rostock

Tel. 0381 - 490 91 86

Seminarnummer:

SSH02280226

Anmeldemöglichkeiten:

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

