

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 Birgit Steinke: Jg. 72, 1 Kind. Nach der Ausbildung zur Zahnarzthelferin mit anschließender Berufserfahrung fühlte sich Frau Birgit Steinke zunehmend zur Geschichtswissenschaft hingezogen. Sie absolvierte ein Magisterstudium in Geschichte und Zivilrecht an der Universität Hamburg und wurde im Fach Mittlere und Neuere Geschichte promoviert. Als ehrenamtliche Sterbegleiterin widmete sie sich auch dem Gebiet der Trauerbegleitung. Sie arbeitet ganzheitlich und spezialisierte sich auf Body2Brain nach Claudia Croos-Müller und auf Traumafachberatung. Seit 2019 ist Frau Steinke als Trauerbegleiterin und seit 2022 als Dozentin für die Themen Sterben, Tod und Trauer tätig und seit 2025 bringt sie ihre Erfahrungen und Kompetenz in diesem Bereich als Dozentin bei den Paracelsus Schulen mit.

Termine:

Sa. 21.11.2026

So. 22.11.2026

jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:

370,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Barmbeker Str. 8
22303 Hamburg
Tel. 040 - 691 11 91**

Seminarnummer:

SSH2021126

Anmeldemöglichkeiten:

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

