

# 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 Nicoletta Engesser-Lux:** Jahrgang `68, verheiratet, eine Tochter. Nach dem Studium der Sonderpädagogik, einer längeren Familienzeit mit Auslandsaufenthalten, absolvierte sie die Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie mit bestandener Prüfung und eine 4-jährige Weiterbildung zur Gestalttherapeutin. Gestalttherapie ist für sie nicht nur eine Therapierichtung, sondern vielmehr eine Lebenshaltung. Nach erfolgreichen Praxisjahren in Süddeutschland, erfüllte sie sich einen langgehegten Wunsch und kehrte zurück an den Niederrhein, wo sie wieder in eigener Praxis tätig ist.

Termine:

**Sa. 07.03.2026**

**So. 08.03.2026**

jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:

**370,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Girardetstr. 4  
45131 Essen  
Tel. 0201 - 877 55 51**

Seminarnummer:

**SSH43070326**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

