

## **Praxis für Naturheilkunde und psychologische Beratung**

Heike Schlopsnies Heilpraktikerin

Ochsenpohl 74

21709 Himmelpforten

Tel.: 04144/233177

Fax:

Mobil:

Email: [heikeschlopsnies@t-online.de](mailto:heikeschlopsnies@t-online.de)

WWW: <http://www.naturheilkunde-himmelpforten.de>



Sie befinden sich momentan in einer schwierigen Lebenssituation oder Krise und suchen Hilfe. Ich biete Ihnen in dieser schwierigen Situation eine Beratung, ein Coaching oder eine therapeutische Unterstützung an, die wir individuell, entsprechend Ihrer Bedürfnisse abstimmen.

Fast alle Menschen durchleben in ihrer Entwicklung solche Lebenskrisen, die meist von Angst, Panikattacken, Burnout und Hoffnungslosigkeit begleitet sind und unbeachtet zu tiefen Depressionen führen können.

Häufig äußern sich diese Krisen auch in körperlichen Symptomen und Erkrankungen, wie z.B. Schlafstörungen, Reizmagen und Reizdarm, Bluthochdruck, Herzbeschwerden, Kopfschmerzen, Migräne, diffuse Schmerzen, Tinnitus, Hörsturz, allgemeine Antriebslosigkeit und Erschöpfung.

Solche Lebenskrisen haben auch eine positive Seite. Sie fordern uns auf, uns weiter zu entwickeln und die positiven Kräfte und Recourcen zu nutzen, die wir alle bereits in uns tragen, die uns oft nur nicht bewusst und zugänglich sind.

Gemeinsam entwickeln wir für Sie hilfreiche Wege und Lösungen, mit welchen Sie wieder Mut, Freude und Kraft in Ihrem Leben finden. Wir machen Ihre Konflikte fruchtbar, und Sie werden wieder zum Gestalter Ihres Lebens. Sie sind in der Lage, die für Sie richtigen Entscheidungen zu treffen und gegebenenfalls sich neu zu orientieren.

Diese Arbeit wirkt auch körperlich entlastend und unterstützt ganz allgemein die Selbstheilungskräfte und eine gute Harmonie von Körper, Seele und Geist.

Mit meiner langjährigen Erfahrung in der psychologischen Beratung und Therapie und im Choaching arbeite ich in den Bereichen:

Paarberatung/-therapie

- Trennungsberatung
- Mediation
- Paarcoaching
- Sexualberatung

- Beziehungsprobleme

- Fremdgehen, Eifersucht

#### Familienberatung/-therapie

- Erziehungsprobleme

- Generationskonflikte

- Umgang der Familienmitglieder miteinander

- Zusammenleben in Patchworkfamilien

- Trennungsabsichten der Eltern an Kinder kommunizieren

- Neuorganisation der Familie nach Trennungen

- Umgang mit Gewalt in der Familie

#### Einzelberatung/-therapie

- Minderwertigkeitsgefühle

- Seelische Überforderung

- Beziehungsprobleme

- Angst, Panikattacken

- Depressionen

- Burn Out

- Lebenskrise

- Sinnkrise
- Midlife Crisis / Wechseljahre
- Sexualstörungen
- Krise durch Krankheit
- Trauerbegleitung

#### Coaching – Beruf/Persönlich

- Burnout
- Arbeitslosigkeit/Kündigung
- Konflikte am Arbeitsplatz
- Berufliche Neuorientierung
- Mobbing/Bossing
- Persönlichkeitsentwicklung
- Private Lebensgestaltung