* **Erstellung von Gutachten in familiengerichtlichen Verfahren:**
  + Als Gutachterin analysiere ich Sachverhalte im familiengerichtlichen Kontext.
  + Ich bewerte die Situation und erstellen schriftliche Gutachten, die als Entscheidungsgrundlage für das Gericht dienen.
  + Dies kann beispielsweise bei Sorgerechtsstreitigkeiten, Umgangsregelungen oder Unterhaltsfragen der Fall sein.
* **Mediation (außergerichtliche Streitbeilegung) zur Konfliktlösung:**
  + Als Mediatorin unterstütze ich Menschen dabei, außergerichtliche Lösungen für ihre Konflikte zu finden.
  + Durch das moderierende Gespräche zwischen den Konfliktparteien unterstütze ich, gemeinsame Interessen und Lösungsansätze zu identifizieren.
  + Ziel ist es, eine einvernehmliche Einigung zu erzielen, ohne vor Gericht zu gehen.
* **Systemische Familienberatung:**
  + In der systemischen Familienberatung betrachten wir nicht nur das Individuum, sondern das gesamte Familiensystem.
  + Dieses hilft Familienmitgliedern, ihre Beziehungen zueinander zu verstehen und Konflikte zu lösen.
  + Dabei berücksichtigen wir familiäre Dynamiken, Kommunikationsmuster und Rollenverteilungen.
* **Stress & Burnout Coaching individuell:**
  + Als Coach begleite ich Einzelpersonen, die unter Stress oder Burnout leiden.
  + Gemeinsam entwickeln wir individuelle Strategien zur eigenen Stressbewältigung und als Burnout-Prävention.
  + Das kann beispielsweise Entspannungstechniken, Zeitmanagement oder Veränderungen im Arbeitsumfeld umfassen.
* **Entspannungstraining individuell:**
  + Hier geht es darum, maßgeschneiderte Entspannungstechniken für die Einzelpersonen zu entwickeln.
  + Dies kann durch Verankerung von unterschiedlichen Skills wie Atemübungen, Progressive Muskelentspannung, Meditation oder andere Methoden umgesetzt werden.
  + Ziel ist es, die körperliche und geistige Entspannung zu fördern.