

SYSTEMISCHE BERATUNG

Hi, ich bin Laura und Teil des Teams Coaching und Entwicklung bei AssistenzUp*. Aktuell befinde ich mich in Ausbildung zur systemischen Therapeutin (DGSF zertifiziert) und arbeite zudem in einer autonomen Frauenberatungsstelle.


DEINE ANLIEGEN UND WÜNSCHE

- Stress/ Belastungsempfinden im Arbeitskontext
- Unzufriedenheit in (bestimmten) Lebensbereichen
- Konflikte in Beziehungen (familiär, partnerschaftlich, etc.)
- Umgang mit Lebensumbrüchen
- Verständnis eigener Gefühle und Wahrnehmungen u.v.m.

DER SYSTEMISCHE BLICK ZIELT DARAUF AB

- Deine eigene Position zu finden und zu festigen
- Deine Stärken und Ressourcen (wieder) zu entdecken
- Festgefahrene, destruktive Muster aufzubrechen
- Neue Perspektiven zu gewinnen

Du bist Expert*in für Dein Leben und Deinen Weg. Meine Herangehensweise besteht darin, dir die "richtigen Fragen" zu stellen, sodass du Lösungen entwickeln kannst, die für Dich stimmig sind. Dabei sind mir Augenhöhe und Transparenz in der Gestaltung unserer Zusammenarbeit besonders wichtig.



„VERÄNDERUNG
GESCHIEHT LEICHTER,
WENN WIR UNS SELBST
ALS KOMPETENT UND
WIRKSAM ERLEBEN.“

*Beratungsstunden bei mir werden von AssistenzUp gezahlt, dir entstehen daher keine Kosten.



LAURA UFER