



Ärger mit dem Chef?  
Streit in der Familie?  
Konflikt mit dem Partner?  
Sorgen um die Kinder?

## Was bewegt ... ...was bindet mich?

### Beziehungen klären - Chancen sehen

Im „sozialen Miteinander“ sind Konflikte ein natürlicher Bestandteil lebendigen Lebens. Alle Menschen innerhalb eines Systems stehen miteinander in Beziehung und beeinflussen sich in ihrem Verhalten und Handeln gegenseitig. Jeder ist aktiv mitverantwortlich. Jedoch gilt es nicht den „einen Schuldigen“, sondern einen sicheren Platz im Leben zu finden, in einem gelassenen Zusammenspiel mit den Menschen die uns umgeben.

Lösungssicht statt Problemsicht. Die Methodik ermöglicht Zusammenhänge zu verstehen, Stärken zu entdecken und Hindernisse zu erkennen.

Sie können so zu innerer Klarheit, Distanzierung von negativen Gefühlen und Verständnis gelangen. Daraus ergeben sich neue Perspektiven mit alltagstauglichen Lösungen denkbar einfach.

„Aufstellungen“ von Systemen - (z.B. Familie, Team, Konfliktmuster...) ist eine der bekanntesten von vielen bewährten Methoden, die ich verwende.



Coaching Kunsttherapie Psychotherapie

karina buchholz



Coaching Kunsttherapie Psychotherapie

**Sie wünschen sich Veränderung mit alltagstauglichen Lösungen und möchten dabei Sie selbst bleiben?**

Ich bin die unterstützende Säule an Ihrer Seite bei den Themen:

- **Beruflich und persönlich orientieren**
- **Emotionale Balance finden**
- **Selbstvertrauen entwickeln**
- **Potentiale stärken**
- **Wünsche und Wege zum Ziel ausloten**
- **Beziehungs- und Familienkonflikte klären**
- **Ursachen körperlicher Symptome erkunden**
- **Lernen lernen**

### MEINE ANGEBOTE:

**EINZELBERATUNG** nach Vereinbarung

**KUNSTTHERAPIE** begleitetes Gestalten für Kinder/ Jugendliche/ Erwachsene

**SUPERVISION** für Teams oder Einzelpersonen

Wenn Sie nähere Informationen wünschen, besuchen Sie meine Webseite, oder rufen Sie mich gerne an.

Weitere Infos unter:

[www.Lebenskunst-kb.de](http://www.Lebenskunst-kb.de) • [it@Lebenskunst-kb.de](mailto:it@Lebenskunst-kb.de)

Tel. 041 33 / 22 54 958

Birkenweg 22 • 21357 Barum

[www.Lebenskunst-kb.de](http://www.Lebenskunst-kb.de) • [it@Lebenskunst-kb.de](mailto:it@Lebenskunst-kb.de)

Tel. 041 33 / 22 54 958