

# PSYCHOLOGISCHE KUMMER BERATUNG

## Achtsame Trennungs- und Regenerationsreise

### Wie geht es dir gerade?

Befindest du dich vielleicht gerade in einer Beziehung, in der du sehr leidest, traurig bist und die Schuld bei dir suchst? Wurdest du verlassen und kannst die/den Ex trotz der Verletzungen nicht vergessen, nicht aufhören zu lieben und hoffst weiter, dass sie/er sich doch noch ändert und endlich erkennt, was sie/er an dir hat? Leidest du an dem heftigsten Liebeskummer deines Lebens, der alles, was du sonst so kennst, weit übersteigt?

### Reise vom Scherbenhaufen zurück zu dir

Der Verlust des Partners oder der Partnerin hinterlässt eine Leere im Herzen. Im Vordergrund jeder Trauerphase steht die Frage: "Wie gehe ich mit dieser Leere in meinem Herzen um?"

Das Ziel dieser Regenerationsreise dient der Erleichterung deines Liebeskummers, indem du lernst dein "gebrochenes" Herz wieder zu regenerieren. Das Wichtigste ist, dass du lernst, wie du wieder zu dir selbst zurückfindest, deinen Selbstwert erkennst und Selbstliebe immer mehr leben kannst.



### Was du erwarten darfst:

Während deiner Regenerationsreise stelle ich dir für jedes einzelne Modul gedruckte Unterlagen und hilfreiche Übungen für daheim zur Verfügung. Die inkludierten Coachingeinheiten gestalten wir gemeinsam flexibel - ganz nach deinen Bedürfnissen. Präsenz, telefonisch oder online, **du entscheidest!**

Achtsam, wertschätzend und in deinem Tempo begleite ich dich durch dein individuelles Liebeskummerthema.

- EUR 480,- Paketpreis für **5 Module**
- Regenerationsreise in fünf Modulen mit Wissen und Übungen
- Achtsame Begleitung mit fünf Beratungseinheiten Einheiten à 66 Min.
- Beratungen in der Praxis, telefonisch oder online möglich
- **Dein Tempo:** Flexible Pausen zwischen den einzelnen Modulen

### Bonusmaterial im Paketpreis

- Ursachen von Liebeskummer
- Unterschiedliche Arten von Trauer
- Anzeichen ungesunder (toxischer) Beziehungen
- Hilfreiche Fragen und Antworten bei extremen Liebeskummer