

INDIVIDUELLE KINESIOLOGISCHE BERATUNG

Häufen sich die Anforderungen, kann schon mal Stress auftreten, besonders wenn es neue Lebensereignisse und Veränderungen gibt. Heute müssen wir mit vielen Veränderungen im Beruf, Ausbildung oder Studium in kurzer Zeit zurechtkommen und viele Entscheidungen treffen. Dies verursacht Stress und beeinträchtigt unsere Fähigkeit, passende und intelligente Lösungen zu finden.

KINESIOLOGISCHE BERATUNG

**Sie wollen Prüfungsstress abbauen,
Ihr Potential stärken und
erfolgreich sein?**

SIE HABEN SICH ZIELE GESETZT

beruflich wie privat
und sind aktiv auf dem Weg sie zu erreichen?
Sie wollen Prüfungen ablegen?
Der Job fordert Ihren vollen Einsatz?
Dann kommt es leicht zu Stressreaktionen,
die das Denken
und die Leistungsfähigkeit
einschränken:

KONZENTRATIONSPROBLEME

BLACK-OUT
PRÜFUNGSANGST
KÖRPERLICHE SYMPTOME
UNRUHE

**SCHULE
STUDIUM
AUSBILDUNG
FÜHRERSCHEIN
EIGNUNGSTESTS
WEITERBILDUNGEN
ABSCHLUSSPRÜFUNGEN
BERUFLICHE ORIENTIERUNG**

ZIEL IST ES,

mit den Werkzeugen der Kinesiologie negative Denk- und Handlungsmuster und Gefühle zu identifizieren und aufzulösen:

Stressreduktionstechniken

Bewegungsübungen zur Hirnintegration
Lerntypgerechte Strategien
Überwinden von Prüfungangst
Abbau von körperlichem Stress
Konzentrationsübungen

KINESIOLOGISCHE BERATUNG

hilft mit individuellen Methoden und Techniken das Leben im Gleichgewicht zu halten und das persönliche Potential zu entwickeln und stärken.

**Nehmen Sie eine individuelle
KINESIOLOGISCHE BERATUNG für Ihre Karriere in Anspruch!**