



THE POINT OF VIEW

Ausgeglichenheit
Visionen
Energie
Lebensfreude
Work-Life-Balanc
Werte Selbstvertrauen
Innere Mitte
Motivation
Ziele Neuanfang
Entspannung Mut
Resilienz
Selbstbewusstsein



PRAXIS für
Psychotherapie (HPG)
Lebensberatung
Coaching

www.UteRettke.de



THE POINT OF VIEW

PRAXISSCHWERPUNKTE

Persönlichkeitsentwicklung z.B.

- Stärkung der **Resilienz**
- **Kommunikation** im Privat- und Berufsleben
„Worte können Mauern sein oder Fenster“
- **Konflikte** erkennen, **managen** und konstruktiv lösen
- **Stressmanagement** und **Achtsamkeit**
- **Beziehungs- und Lebensgestaltung**

Begleitung in Veränderungsprozessen oder schwierigen Lebensphasen/-krisen z.B.

- Arbeitsplatzverlust oder berufliche Neuorientierung
- Entscheidungsfindung, Zielsetzung und Realisierung
- Veränderte Rahmenbedingungen im Privat- und Berufsleben
z.B. Krankheit, Trennung, Trauer, Arbeitsort oder -platz

Vorträge & Gruppen

Regelmäßig biete ich Vorträge und lfd. Gruppen zu den Themen Resilienz, Entspannung, Achtsamkeit, Persönlichkeitsentwicklung und Tanztherapie an. Aktuelle Angebote und Termine finden Sie unter www.UteRettke.de

Ob Psychotherapie – Lebensberatung – Coaching

THE POINT OF VIEW, der Blick und der Fokus wie ich Sie begleite, ist abhängig von Ihrer Ausgangssituation und Ihrem persönlichen Ziel. Auch die Art der Betrachtung und Beleuchtung bei dem gewählten Weg kann aus unterschiedlichen Perspektiven erfolgen, im Gespräch oder durch körperorientierte und kreative Methoden.

PRAXIS für

Psychotherapie (HPG) • Lebensberatung • Coaching
c/o Sinnvoll - Zentrum für Gesundheit

UTE RETTKE

Heilpraktikerin Psychotherapie • Trainerin & Coach
Nymphenburger Str. 137 • 80636 München/Neuhausen
Fon: 0172-78 78 699 • Info@UteRettke.de

Termine nach Vereinbarung

