

1:1 Glückssprechstunden für Pädagog*innen

Ein Ort zum Auftanken, Reflektieren und Selbstfürsorge praktizieren

In meinen liebevoll begleiteten 1:1 Glückssprechstunden begleite ich dich dabei, mit den Herausforderungen des Alltags gelassener, klarer und kraftvoller umzugehen.

Gemeinsam reflektieren wir, was dich aktuell belastet, welche Ressourcen dich stärken und wie du mehr innere Ruhe, Leichtigkeit und Freude in deinen beruflichen Alltag integrieren kannst.

Vereinbare hier ein kostenloses Kennenlerngespräch 👉



Dabei arbeite ich mit Methoden aus der positiven Psychologie, dem systemischen Coaching, der Achtsamkeitspraxis und kunsttherapeutischen Elementen – praxisnah, lösungsorientiert und immer mit einem ganzheitlichen Blick auf deine mentale Gesundheit und dein persönliches Wohlbefinden.

Die 90 minütige Glückssprechstunde unterstützt dich dabei:

- dich in deiner Rolle als pädagogische Fachkraft zu stärken
- deine mentale Gesundheit zu fördern und nachhaltig zu bewahren
- Selbstfürsorge und innere Balance in deinen beruflichen Alltag zu integrieren
- deine eigenen Ressourcen und Stärken bewusster wahrzunehmen
- mit mehr Leichtigkeit, Gelassenheit und Freude zu wirken
- langfristig gesund, erfüllt und mit Herz in deinem Beruf präsent zu bleiben

📧 Auch als Coaching-Pakte buchbar.