



Mut zu sich selbst – um angstfrei, aktiv und vertrauensvoll zu leben.

In Ihrer Familie, Arbeitsstelle, Beziehungen, Freundeskreis, Freizeitbeschäftigungen funktionieren Sie in vertrauter Weise. Sie versuchen vielen Erwartungshaltungen gerecht zu werden. Den Alltag haben Sie fest im Griff – Der Alltag hat Sie fest im Griff.

Alles läuft – doch irgendwie fühlen Sie sich manchmal fremdbestimmt, wie eine Marionette, an deren Fäden gezogen wird.

Fragen Sie sich:

- »Bin das ICH?«
- »Lebe ich das Leben, welches ich leben möchte?«
- »Wo ist meine Energie geblieben?«

Ich begleite Sie aus der Fremdbestimmung heraus zu kommen, die Fäden des Marionettenlebens zu lösen und ermutige Sie zu dem spannendsten Weg überhaupt: **Der Weg zu sich selbst!**



Individualpsychologische
Beratung^{AFI}
Ulrike Kolb-Messmer



Mut zu sich selbst – die Inhalte:

- 6 Sitzungen über 6 Monate verteilt:
4 Sitzungen à 60 Minuten und 2 bis 120 Minuten.
- 3 Arbeiten als Hausaufgaben, welche ich individuell bearbeite und bespreche.
- Sitzungs-Materialien werden kostenlos zur Verfügung gestellt.
- Alle Aufzeichnungen und Arbeiten werden fotografiert.
- Bei Fragen stehe ich per Mail zur Verfügung.

Detailliertere Informationen finden Sie unter:
www.kolb-messmer.ch

Gerne begleite ich Sie auf Ihrem eigenen Weg zu sich selbst.
Ulrike Kolb-Messmer

Individualpsychologische Beratung ^{AFI}
für Einzelpersonen, Paare & Familien
Ulrike Kolb-Messmer
Hafenstrasse 62
CH-8590 Romanshorn
Fon +41 (0)79 359 03 43
beratung@kolb-messmer.ch
www.kolb-messmer.ch