



Wobei kann ich Sie unterstützen?

Manchmal ist eine Lebensphase oder Situation im Leben etwas schwerer.

Oft reicht der Austausch und die Unterstützung von Familie und Freundinnen oder Freunden aus.

Manchmal ist auch eine außenstehende, professionelle Person nötig, damit der Weg wieder besser weitergegangen werden kann.



» Veränderungen sind am Anfang hart, in der Mitte chaotisch und am Ende wunderbar.«

– Robin Sharma –

Meine Räume

befinden sich im Domwirthhof in Hamm-Rhynern, Reginenstr. 16, durch den Torbogen geradeaus, 1. Etage links.



Kerstin Glunz

Dipl. Sozialarbeiterin
Traumapädagogin
Fachberaterin für Essstörungen
Systemische Therapeutin i.A.



Systemische Beratung für Einzelne, Paare & Familien

Reginenstr. 16 · 59069 Hamm
Mobil (01 57) 75 25 06 69
E-Mail kontakt@kerstin-glunz.de
www.kerstin-glunz.de



SYSTEMISCHE BERATUNG FÜR EINZELNE, PAARE & FAMILIEN

SCHWERPUNKTE

Konflikte, Krisen und Neuanfang im privaten und beruflichen Bereich

Essstörungen wie Anorexie und Bulimie



» Zu wissen, dass Veränderung möglich ist und der Wunsch, Veränderungen vorzunehmen, dies sind zwei große erste Schritte.«

– Virginia Satir –

Wie kann ich Sie unterstützen?

Als systemisch denkende und handelnde Beraterin sehe ich Sie als Expertin bzw. Experten Ihres eigenen Lebens. Ich begleite Sie ein Stück und helfe Ihnen im Gespräch und mit kreativen Methoden, die Lösung für Ihr Problem zu finden. Dabei entscheiden Sie selbst, was Sie ausprobieren möchten.

Ich kann mit Ihnen gemeinsam neue Entwicklungen in Gang setzen, Veränderungen anstoßen und Ihre Ressourcen aktivieren, um Ihre Lebensqualität zu verbessern.

Ich begegne Ihnen mit Wertschätzung. Wir arbeiten gemeinsam lösungsorientiert, so kurz wie möglich, so lang wie nötig. Wenn Sie es wünschen, auch mit Menschen aus Ihrem System, also Ihrem Umfeld wie Familie u. a.

Wann können Sie zu mir kommen?

- Ihre Kinder haben eine Essstörung wie Anorexie oder Bulimie.
- Ihre Kinder sind schwierig, in der Pubertät und/oder haben psychische Probleme und Sie fühlen sich damit überfordert.
- Sie wollen mit dem Vater oder der Mutter Ihrer Kinder nach der Trennung einen guten Weg im Sinne der Kinder finden.
- Sie möchten, dass Sie sich wieder wohl fühlen in Ihrer Partnerschaft.
- Auf Ihrer Arbeitsstelle sind Sie nicht mehr zufrieden und Sie überlegen, welchen Weg Sie einschlagen können.
- Sie haben Schuldgefühle.
- Sie können schlecht „Nein“ sagen und fühlen sich ausgebrannt.
- Sie fühlen sich immer wieder übergangen.
- Sie überlegen sich von Ihrem Partner/Ihrer Partnerin zu trennen.
- Sie suchen nach Möglichkeiten, dass alle Familienmitglieder Ihrer Patchworkfamilie zufrieden sind.
- Ein traumatisches Ereignis wie ein Unfall, eine schwere Krankheit, ein Überfall u. a. oder länger andauernde schwierige Lebensphasen beschäftigen Sie noch sehr.
- Mit Familienangehörigen oder Freund/innen haben Sie Konflikte.
- Sie haben immer wieder Ängste.
- Sie wissen nicht, warum Sie Schmerzen haben, obwohl keine organische Ursache vorliegt.
- Sie trauern um eine nahe stehende Person.
- Durch den Verlust Ihrer Arbeitsstelle ist ihr Selbstbewusstsein geringer geworden.
- oder, oder, oder ...

Was können Sie jetzt tun?

Gerne können Sie mit mir telefonisch oder per E-Mail einen Termin für ein Erstgespräch (30 Min.) vereinbaren. Dieses ist kostenlos.

Wir können uns etwas kennenlernen, Sie können mir Ihre (Familien-)Situation und Ihre Wünsche schildern und ich kann Ihnen mein Angebot vorstellen. Gemeinsam können wir herausfinden, welches die ersten Schritte auf Ihrem Weg sein können.

Ich rechne privat mit Ihnen ab. Eltern, deren Kinder eine Essstörung oder eine andere Erkrankung/Behinderung haben, können Pflegegeld beantragen und mich davon bezahlen. Dabei kann ich Sie gerne beraten.

Sie können sich auch auf meiner Website informieren:

www.kerstin-glunz.de

Ich freue mich auf Sie!



Kerstin Glunz