



0177/3270274



psychologie-kc@web.de



www.kerstinchojetzki.de



Heilpraktikerin und  
Therapeutin nach dem  
Heilpraktikergesetz  
Psychologische Beraterin

Termine in 93077 Bad Abbach  
oder Hausbesuche

Praxis für  
psychologische  
Beratung &  
Psychosomatik

Kerstin Chojetzki  
Daimlerstr. 3A  
93077 Bad Abbach



*Kerstin*  
CHOJETZKI

## Psychologische Beratung

Sie befinden sich gerade in einer schwierigen Situation, suchen Hilfe bei Ihren Problemen oder möchten sich einfach mit sich selbst auseinandersetzen?

**Die Themen hierzu können vielfältig sein, z.B.:**

- Umgang mit *herausfordernden Situationen* (Bsp.: Prüfungsangst, wiederkehrende Probleme in der Partnerschaft uvm.)
- Ändern von *unerwünschten Verhaltensweisen* (Bsp.: Schüchternheit überwinden, Perfektionismus ablegen)
- soziale Konflikte, zwischenmenschliche Probleme
- sich selbst besser verstehen, neue Ziele finden, Persönlichkeitsentwicklung
- schwierige Veränderungen, Beginn oder Ende eines Lebensabschnitts

**Wenden Sie sich mit Ihrem individuellen Thema gerne an mich und wir schauen, ob ich Ihnen hierbei behilflich sein kann.**

## Stressbewältigung

Wenn Sie sich häufig erschöpft, gestresst oder gereizt fühlen und die ganzen Allerwelttipps nichts bringen:



Bei mir steht Ihre individuelle Persönlichkeit im Fokus und wir setzen mit psychologisch fundierten Methoden auf unterschiedlichen Ebenen an.

Sie lernen, Stress *nachhaltig* und eigenständig vorzubeugen und den Alltag nicht mehr nur zu bewältigen, sondern auch wieder zu genießen- mit mehr Freude und Leichtigkeit.

**Kontaktieren Sie mich gerne telefonisch oder per E-Mail.**

## Psychosomatik

Hierbei handelt es sich um körperliche Beschwerden, die z.B. durch seelische Belastung, Streß, Krisen oder alte innere Konflikte (Prägungen) ausgelöst werden.

Die Patienten haben typischerweise viele Arztbesuche hinter sich und es findet sich keine körperliche Ursache- doch die Symptome sind trotzdem real.

Oft fühlt man sich unverstanden oder "abgestempelt", was die psychische Verfassung zusätzlich belastet.

Hierfür bedarf es eines ganzheitlichen Konzepts, um die seelischen Ursachen in der Tiefe zu lösen und die körperlichen Beschwerden zu lindern.

*Bsp.:* Schlafstörungen, Magen- oder Verdauungsprobleme, Verspannungen, Schmerzen, Erschöpfung

**Näheres hierzu finden Sie auf meiner Homepage oder melden Sie sich direkt bei mir.**