# » Lebenskrisen, Umbruchphasen, Schicksalsschläge –

unsere schnelllebige Zeit ist geprägt von Herausforderungen, Ungewissheit und Komplexität.

Immer wieder werden Veränderungsprozesse im beruflichen und privaten Alltag erforderlich.



**OFFEN. ANDERS. GUT** 

### » Kontakt

Gerne können Sie mich telefonisch oder per E-Mail kontaktieren oder Sie vereinbaren gleich einen persönlichen Termin.

#### Dr. rer. nat. Claudia Berger

Praxis und Atelier im Gesundheitszentrum Garbsen Leibnizstr. 22 30827 Garbsen-Berenbostel

www.kunst-therapie-hannover.de

**©** 0162-73 74 922

### » Anfahrt

Die psychosoziale Beratung findet in meiner Praxis in Garbsen-Berenbostel statt. Vor dem Haus und in den angrenzenden Straßen gibt es kostenfreie Parkplätze.

#### Öffentliche Verkehrsmittel:

Die Praxis ist bequem mit öffentlichen Verkehrsmitteln in etwa 30 Minuten aus Hannover, Langenhagen und Neustadt am Rübenberge zu erreichen.

Von der Haltestelle "Weberstraße" in Berenbostel laufen Sie etwa 300 m: Am Ende der Weberstraße nach links in die Leibnizstraße, die Praxis befindet sich auf der linken Straßenseite.

Aus Hannover: Stadtbahn 4, Richtung Garbsen bis

Wissenschaftspark Marienwerder und Bus 440, Richtung Neustadt Bahnhof oder

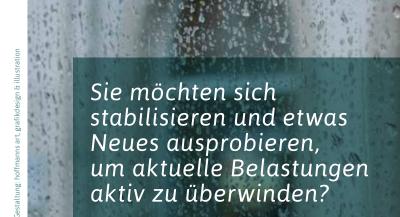
Bus 450, Richtung Berenbostel

Aus Langenhagen: Bus 480, Richtung Garbsen

Aus Garbsen/Mitte: Bus 440, Richtung Neustadt Bahnhof
Aus Neustadt: Bus 440, Richtung Wissenschaftspark

Marienwerder

# Claudia Berger KUNST-THERAPIE-HANNOVER



# » Psychosoziale Beratung und Kunsttherapie

- ✓ Lebenskrisen bewältigen
- Ängste abbauen
- ✓ Gelassenheit steigern
- ✓ Selbstbewusstsein stärken

**OFFEN. ANDERS. GUT** 



"Als ausgebildete Kunsttherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie begleite ich Sie behutsam und kompetent auf Ihrem Weg aus Lebenskrisen und Belastungen.

Erreichen Sie Ihr Ziel mit mehr Selbstbewusstsein, Lebensfreude und Gelassenheit."

### Claudia Berger

HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE



## » Psychosoziale Beratung

Nutzen Sie jetzt mein Beratungsangebot, um aktuelle Belastungen aktiv zu überwinden und mehr Lebensfreude zu entwickeln. Ich unterstütze Sie zum Beispiel bei:

#### Individuellen Belastungen

- Fehlende emotionale Belastbarkeit
- Verminderter Selbstwert
- Negatives Denken, Grübeln und Sorgen
- Häufige Erkrankungen oder Schmerzen
- Essstörungen

#### Belastungen im sozialen Umfeld und Beruf

- Angst, Zwang oder Panikattacken
- Erziehungsprobleme, Trennung oder Scheidung
- Häufige Arbeitsunfähigkeiten oder Erschöpfung
- Hemmungen mit anderen in Kontakt zu treten
- Soziale Isolation

Die eingesetzten Methoden und Übungen stammen aus den Bereichen Kognition, Kreativität und Emotionsregulation. Ihre Effektivität wurde in therapeutischen Kontexten nachgewiesen.

## » Mein Angebot an Sie

Gemeinsam entwickeln wir hilfreiche Strategien für Ihren Alltag und beruflichen Werdegang. Alle unterstützenden Übungen können Sie auch zu Hause für sich nutzen.

- ✓ Fokussierung auf Lösungswege und Ressourcen
- Kurze Wartezeiten
- ✓ Selbsthilfe

### » Kostenübernahme

Meine Praxis ist eine anerkannte Beratungsstelle des Jobcenters der Region Hannover.

### Sie beziehen Arbeitslosengeld II?

Sie können die psychosoziale Beratung in meiner Praxis ganz einfach abrechnen lassen. Ihr Persönlicher Ansprechpartner (pAp)/Fallmanager (FM) im Jobcenter hilft Ihnen bei der Orientierung und stellt Ihren Beratungsbedarf fest. Lassen Sie sich den Vermittlungsschein nach §16a (SGB II) ausstellen und vereinbaren Sie mit mir einen Termin zum Kennenlernen.

### Sie erhalten Eingliederungshilfe?

Im persönlichen Kontakt können wir Ihren Bedarf und mögliche Angebote gemeinsam abstimmen.

Sie sind an einer Beratung als Selbstzahler interessiert?

Gerne können wir einen Termin vereinbaren.