

## WAS IST LEBENS- UND SOZIALBERATUNG

Lebens- und Sozialberatung ist die professionelle Beratung und Begleitung von Menschen in Problem- und Entscheidungssituationen.

Im Unterscheid zur Psychotherapie ist die Lebensberatung eine **Kurzzeit-Beratung**.

Lebens- und Sozialberatung ist **lösungs- und zielorientiert**. Die Ziele werden gemeinsam mit der/dem KlientIn individuell erörtert.

Um das Ziel/die Lösung sicher zu erreichen, wird die Klientin/der Klient von der Beraterin/Berater professionell begleitet.

### Lebensberatung hilft mir bei...

- Entscheidungsfragen
- Berufswechsel
- Problemen im Beruf
- Arbeitsplatzverlust
- Finanzprobleme
- Energielosigkeit und Burnout
- Partnerschaft- Ehe- und Familienprobleme
- Erziehungsfragen
- Lebenskrisen

### Lebensberatung sollte ich in Anspruch nehmen, wenn ich...

- alleine nicht mehr weiter weiß
- mich aussprechen will
- mich enttäuscht, frustriert und hilflos fühle
- wieder klare Perspektiven wünsche
- mein Selbstvertrauen und meine Ihre innere Kraft stärken will
- neue Wege gehen möchte
- will, dass meine Krise zur Chance wird und diese nutzen möchte

### LebensberaterInnen unterliegen der Verschwiegenheitspflicht!