

Mental Health

- ☑ Mentale Probleme sind mit die wichtigsten Gründe für Fehlzeiten
- ☑ Herausforderungen auf Ebenen Firma und Mitarbeitende
- ☑ Mitarbeitende erwarten Unterstützung von Arbeitgebenden

Steigende Komplexität, Erreichbarkeit und Veränderungen in der Arbeitswelt verlangen den Menschen immer mehr ab. Depressionen, Erschöpfung und Suchterkrankungen nehmen zu.

Psychische Erkrankungen gehören zu den wichtigsten Gründen für Fehlzeiten am Arbeitsplatz.

Vorsorge ist möglich und sinnvoll. Man kann sowohl beim Menschen selbst, als auch beim Umfeld ansetzen.

Ich biete Lösungen für beide Ansätze.



SeelenRaum

Coaching | Lebensberatung | Seelsorge



Carsten Ohm

Wertherstr. 6
32130 Enger

 0155 6506 2849

 meinseelenraum@t-online.de

 [mein.seelenraum](https://www.instagram.com/mein.seelenraum)

Termine nach Vereinbarung!

Für Privat und Unternehmen

*Ich freue mich darauf,
dich kennenzulernen.*

SeelenRaum

Coaching | Lebensberatung | Seelsorge



Carsten Ohm

Psychologischer Berater
Mental Health Coach
Seelsorger

**Für die Seele sorgen heißt Raum lassen
und den eigenen Weg erkennen!**

*"Der Schlüssel zur Veränderung
liegt im eigenen Denken."*

Coaching



Lebensberatung



Seelsorge



Mental Health

Coaching

- ☑ zur Entwicklung neuer Perspektiven
- ☑ zur Bewusstheit, Akzeptanz und Stärkung der eigenen Persönlichkeit
- ☑ zur Klärung aktueller Anliegen und Lebens-themen
- ☑ zur Erarbeitung einer persönlichen Zielsetzung und praxisbezogener Strategien zur professionellen und lebensnahen Gestaltung von Veränderungsprozessen



„Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt – also geh los!“

„Der Sinn des Lebens ist es, dem Leben einen Sinn zu geben.“



Lebensberatung

Wenn ...

- ... Du ein Gespräch brauchst
- ... sich Probleme in der Partnerschaft zeigen
- ... Konflikte Deine Familie belasten
- ... Du an Trennung oder Scheidung denkst
- ... Krankheit oder Verlust Dich niederdrückt
- ... Du unter Ängsten oder depressiven Stimmungen leidest
- ... Du nicht mehr weiter weißt oder alles sinnlos erscheint
- ... Du Beratung in beruflichen Situationen suchst

Seelsorge

- ☑ Du trauerst um einen geliebten Menschen
- ☑ Du bist verzweifelt, wütend, traurig, fühlst dich schuldig, leer oder auch orientierungslos.
- ☑ Du weißt nicht, wie du dein Leben alleine gestalten möchtest

In meiner Beratung unterstütze ich Dich bei der Bewältigung von Trauer, der Auseinandersetzung mit Schuldgefühlen und der Suche nach Vergebung.



Wir können gemeinsam schwierige Situationen mit Hilfe von Gebet und Glauben bewältigen und dadurch Trost und Unterstützung erfahren.

„Erinnerungen, die unser Herz berühren, gehen niemals verloren.“

