

Dr. Hagemann - Coaching

Coaching: Wege aus der Einsamkeit

Das Leben kann schön sein. Doch Einsamkeit quält, wo sie nicht freiwillig ist. Unfreiwillige Einsamkeit schädigt die Gesundheit, kann zur Depression führen.

Wir ergründen mit Ihnen Ihre Einsamkeit

Wir zeigen Ihnen Wege aus der Einsamkeit

Wir gehen mit Ihnen den Weg aus der Einsamkeit



Bild: Martina Haan
(2019)



Dr. phil. Hermann Hagemann

Psychotherapeut /
Sozialwissenschaftler

Studium der Sozialwissenschaften und
Philosophie

Zusatzausbildung: Psychotherapie

Ich nutze bei den Coachings die Erfahrungen einer sechsjährigen Grund- und Zusatzausbildung Psychotherapie in den Themenbereichen: systemische Therapie, systemische Gesprächsführung, Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Transaktionsanalyse.

Dazu nutze ich eine langjährige Trainerausbildung und Tätigkeit in den Bereichen: Konfliktmanagement, Rhetorik, Coaching, Teamtraining, Körpersprache, NLP.

Dr. Hagemann-Coaching

Das Coaching Projekt: Anti-Einsamkeit hat mehrere Schritte. Das Tempo bestimmen Sie.

Wir arbeiten an den Themen:



- **Warum ich einsam bin**
(psychologische Aufarbeitung)
- **Verschiedene Formen der Einsamkeit**
(Die Philosophie der Einsamkeit)
- **Einsamkeit aushalten können**
(Techniken-Modelle)
- **Wege aus der Einsamkeit**
(Strategien - Optionen)
- **Wege gemeinsam gehen**
(Aktionen gemeinsam planen und –bei Wunsch- durchführen)
- **Für Sie bereit steht auch das Team**
Emotionsmanagement für weitere Hilfen
<http://team-emotionsmanagement.de/>

Foto: Hermann Hagemann

Rufen Sie uns an. Vereinbaren Sie eine Probesitzung (0251-131677)

Wir stehen auch für ein Telefon-/ Skype Coaching zur Verfügung

Sie zahlen nach Vermögen: 50 bis 150 EURO pro Stunde.