Bewältigen

Globale Veränderungen & persönliche Begleitung

Veränderungen – besonders im Kontext von Migration – können tiefgreifend verunsichern und emotional fordernd sein. Aus Erfahrung weiß ich, wie herausfordernd diese Prozesse sein können. Ich begleite Third Culture Kids (TCKs), Expats und Menschen mit Migrationserfahrung dabei, kulturelle Übergänge zu verstehen, die eigene Identität zu stärken und die emotionalen Herausforderungen globaler Veränderungen behutsam zu bewältigen.

"Manchmal beginnt Heilung dort, wo wir uns gesehen und angenommen fühlen."

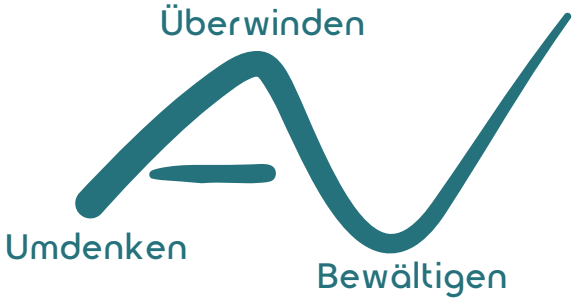
Gerne vereinbare ich mit Ihnen ein unverbindliches Erstgespräch

Individuell – Vertraulich – Persönlich

Globale Veränderungen bewältigen



Zertifizierte Traumatherapeutin



Ihre Geschichte verdient Gehör

Veränderung ist möglich

Sie sind nicht allein

Anna Nolde
Privatpraxis
Tel. +49 (0)671 9206648
Tel. +49 (0)671 9206495 AB
E-Mail: an.therapie@gmail.com

Umdenken

Gesprächstherapie & persönliche Begleitung

In einem geschützten, wertschätzenden Rahmen biete ich Raum für Reflexion, Orientierung und neue Perspektiven. Meine internationale Ausbildung ermöglicht mir einen tiefgehenden, ganzheitlichen Therapieansatz, der Körper, Gefühle und Gedanken gleichermaßen berücksichtigt.

Meine Qualifikationen umfassen:

- ◊ Gesprächstherapie
- ◊ Traumatherapie
- ◊ Coaching
- ◊ Mentoring
- ◊ Mediation
- ◊ Christliche Beratung

Linderung durch umdenken

Überwinden

Traumatherapie & persönliche Begleitung

Traumatische Erfahrungen können lange nachwirken – müssen jedoch nicht das Leben bestimmen.
Als in Deutschland zertifizierte Traumatherapeutin arbeite ich mit bewährten, wissenschaftlich fundierten Methoden, um Stabilität, Sicherheit und innere Stärke Schritt für Schritt wiederaufzubauen.

CPT	Kognitive Verarbeitungstherapie
PE	Prolongierte Expositionstherapie
TF-CBT	Traumafokussierte Verhaltenstherapie
NET	Narrative Expositionstherapie

Schmerzhafte Erfahrungen überwinden

@kjpargeter @freepik