



roots & wings academy®
Vielfalt
Kompetenz
Vernetzung
Individualität

Krisenintervention

Sinnkrisen Burnout Berufskrisen Suizidalität

Beziehungskrisen Trauma Trennung Verlust

Krisen und Lebensfreude

Krisen bilden einen normalen Pol des Lebens ab. Oft sind sie Zeiten des Umbruchs und der Neuorientierung und können neue Lebensperspektiven eröffnen/einleiten.

Die akute Krise stellt oft eine schwere Belastung dar, die Tage erscheinen als Balanceakt, die Wucht der Herausforderungen überfordert, Trauer, Wut und Versagensängste kommen unter Umständen hinzu. Der krisenhafte Erlebniszustand wird dann oft als ausweglos wahrgenommen. Hier braucht es aktive Unterstützung durch Sofortmaßnahmen, die unmittelbar weiterhelfen.

Coaching und therapeutische Begleitung in der Krise bieten Halt und vermitteln Wege aus dieser belastenden Situation. Sie unterstützen dabei, die scheinbare Ausweglosigkeit der Situation wieder zu öffnen und so, trotz der Herausforderungen, die das Leben stellt, wieder handlungsfähig zu werden und gestaltend agieren zu können.

Die Krise begleitet zu durchleben und zu verarbeiten, heißt, gestärkt aus ihr hervor zu gehen und für künftige Krisensituationen konstruktive, neue Denk- und Handlungsstrategien zu entwickeln.

Lebensfreude, Leichtigkeit und Spaß bilden ebenso einen normalen Pol des Lebens ab. Ziel unserer Begleitung ist, dass Sie beide Pole gleichwertig schätzen, frequentieren und sich einfach und natürlich zwischen den Polaritäten bewegen können.

Spaß Lachen Hüpfen Bunt Kreativität Vitalität Stille

Verbundenheit Heilung Gesundheit Glück Kraftvoll Liebe



Siddhant Brandschert
Gründer & Leiter der
roots & wings® academy
+ friends und
Fachbereichsleitung



Heera Kosian
Fachbereichsleitung
Psychotherapie & Supervision
Mobil: 0171-8786000
Email: heera.kosian@roots-wings.de