Ihre Expertin im Flachgau – neue Beratungsfelder in Birgits Beratungsoase

Birgits Beratungsoase unterstützt und begleitet Personen bei ihren individuellen Anliegen und Themen. Seit heuer finden Sie Birgit Eggenberger im Expertenpool der WKS für Paarberatung und Sexualität und Trauerbegleitung.

Paarberatung und Sexualität

Alle wollen die perfekte Beziehung, doch nur die wenigsten bemühen sich um diesen Wunsch zu erfüllen.

Die Macht des Alltages und die Gewohnheit lässt viele Beziehungen einschlafen oder zerbrechen.

Belastende Faktoren wie Stress, Überforderung, Unverständnis, Kommunikationsprobleme und vieles Mehr sind oft die Ursachen einer Krise. Die meisten Paare kommen kurz vorm Ende in eine Beratung, wenn sie keinen Ausweg mehr finden. Dann ist es meistens schon zu spät.

Ziel einer glücklichen beständigen Beziehung

- Paarberatung am Anfang oder während der Beziehung
- vergangene Altlasten (Ex-Beziehungen) aufarbeiten
- konstruktiver Umgang mit Konflikten
- Verbesserung Kommunikation
- eigene und gemeinsame Bedürfnisse erarbeiten
- Freiräume eruieren
- Werte , Wünsche und Ziele bestimmen u.v.m.

Trauerbegleitung

Der Tod eines geliebten Menschen/Tieres kann uns verzweifeln und hilflos machen. Auch ein Verlust/ Trennung, Trauma oder Krise kann uns in eine Trauer versetzen. Oft besteht auch große Ratlosigkeit im Umgang mit Trauer und wird häufig als krank angesehen und unterdrückt. Eine Beratung hilft dabei, Trauer als normalen Vorgang des Lebens zu erkennen, zu akzeptieren und aufzuarbeiten.

Arten der Trauer

- Tod Mensch oder Tier
- Verlust Freundschaften
- Trennung/Scheidung
- Verlust Arbeitsplatz
- Abstillen/Kaiserschnitt
- Kinder gehen aus dem Haus
- Krankheiten/Trauma/Schocks u.v.m.

Birgits BERATUNGSOASE
Lösungsorientierte systemische Beratung

Detailierte Infos finden Sie auf **www.beratungsoase.at**

Birgit Eggenberger • Psychologische Beraterin/dipl.Lebens- und Sozialberaterin • Expertenpool Paarberatung und Sexualität/ Trauerbegleiterin i. A. • dipl. Rückführungsleiterin/Access Bars® Practitioner • 5202 Neumarkt, Gartenstraße 19A
Tel. 0664 273 3436 • birgit@beratungsoase.at • FB: Birgits Beratungsoase • Einmaliger **GUTSCHEIN** für Neukunden von **10,- Euro** auf mein Leistungsangebot Trauerbegleitung/Paarberatung einzulösen bis Ende Dezember 2020.

„Wenn das, was du tust, funktioniert, mache mehr davon. Wenn es nicht funktioniert, dann mache etwas anderes.“ *(Steve de Shazer)*

Aber wem fällt es schon leicht, Veränderungen in seinem Leben vorzunehmen? Bleibt man lieber in der vertrauten Situation, weil man Angst hat, etwas zu verändern? Meist braucht es keine radikalen Änderungen im Außen, sondern nur eine andere Art zu Denken und zu Fühlen.

Wer sich fragt, wie das denn funktionieren soll, findet in Birgit Eggenberger eine kompetente und liebevolle Wegbegleiterin. Seit drei Jahren betreibt sie mit großer Freude und Erfolg ihre „Beratungsoase“.

Neben ihren zahlreichen Ausbildungen war Birgits größter Lehrmeister ihr eigenes Leben. Der frühe Tod ihrer Mutter, das Leben als Alleinerzieherin und ein verarbeitetes Burnout (vor 10 Jahren) haben in ihr eine unerschütterliche Erkenntnis hinterlassen: Es gibt für JEDE Herausforderung eine Lösung. Diese Kraft in sich zu ent-decken, dazu ermutigt und begleitet sie ihre KlientInnen.

In ihrer einladend gestalteten Praxis hat man die Möglichkeit, einmal von außen auf sein Leben zu schauen, alte Verletzungen loszulassen und neue Wege zu finden. Bei der psychologischen Beratung geht es um die Stärkung der individuellen Fähigkeiten, Talente und Ressourcen, die dann der Treibstoff für Veränderungen sein können. Mit Fachkompetenz und intuitivem Gespür setzt Birgit Eggenberger für jede(n) Klient/in das für sie/ihn im Moment passendste Tool ein.

- psychologische Beratung
- systemische Aufstellung
- Einzel- und Gruppenrückführung
- Access Bars®
- Atme Dich frei - Atemmeditation
- Tanze und sei frei - tanzen für Frauen
- Zweisam statt einsam – Workshop für Singles

In „Birgits Beratungsoase“ geht es darum, sich zu entwickeln, eigenverantwortlich und selbständig zu handeln, Selbstliebe zu erfahren und zu sich zu stehen.

Ein Beispiel aus der Praxis:

Bei einer/m Klient/in mit Burnout ist es wichtig, für ENT-SPANNUNG zu sorgen, d.h. Struktur im Alltag, Zeit für sich selbst nehmen, Lebensfreude wieder zu finden, Selbstliebe zu pflegen bzw. aufzubauen. Dabei können folgende Tools unterstützen:

- Psychologisches Gespräch: welche Belastungen gibt es? Struktur erarbeiten, Tagesablauf erarbeiten, Ressourcen stärken, Lebensfreude wecken.
- Aufstellung: woher kommt die Überforderung? Familiensystem anschauen – leistungsorientierte Erziehung?
- Atemmeditation: durch Atmen wird Stress abgebaut.
- Access Bars®: 32 Punkte am Kopf werden berührt und festgefahrene Glaubenssätze und Limitierungen können entladen werden.

Kontakt: **www.beratungsoase.at**
Kontakt: Birgit Eggenberger, dipl. Lebens- und Sozialberaterin und dipl. Rückführungsleiterin
5202 Neumarkt, Gartenstraße 19A
birgit@beratungsoase.at
Tel. 0664-273 3436

Birgits BERATUNGSOASE
Lösungsorientierte systemische Beratung

einmaliger **GUTSCHEIN** für Neukunden von **10 Euro** auf mein Leistungsangebot
einzulösen bis Ende Dezember 2019

„Jede Veränderung beginnt mit dem ersten Schritt" -

Psychologische Beratung mit dem gewissen Mehr-Wert

Als Birgit Eggenberger ihre Ausbildung zur diplomierten Lebens- und Sozialberaterin beendete, wusste sie, dass es individuelle Lösungen zu jedem sich präsentierenden Lebensabschnitts-Thema gibt.

Aus den vielfältigen klassischen Ansätzen, die das Berufsbild eines dipl. Lebens-und Sozialberaters prägen, wählt sie für jeden Klienten sensibel und ethisch korrekt jene aus, die zu praktischen, leicht bzw. sofort umsetzbaren Ergebnissen für den Betroffenen führen. Achtsamkeit für den individuellen Charakter und die persönlichen Lebensumstände des Hilfesuchenden schreibt sie ganz groß.

Das Miteinbeziehen von Dazugelerntem bzw. der intuitive Gebrauch ihrer persönlichen Fähigkeiten, um Wege zur Themenlösung aufzuzeigen, ist eine besondere und spürbare Stärke in Birgit Eggenbergers Arbeit, der sie sich mit Leidenschaft verschrieben hat.

Man findet abwechslungsreiche und interessante Techniken der Hilfestellung in ihrer Beratungsoase.

- Einzelberatungen/ Paarberatungen/Gruppenberatungen
- Aufstellungen (Brett/Personen)
- geleiteten Rückführungen (einzeln oder in der Gruppe)
- Atemmeditationen und Tanzmeditationen.
- div. Workshops

Das neue Konzept unter dem Motto „Zweisam statt einsam" soll Singles in einem Raum vereinen, die ihr Selbstbewusstsein stärken und ein selbstsicheres Auftreten erwerben wollen. Gerade Jugendliche und deren positive Entwicklung zur Selbständigkeit fördert Birgits Beratungsoase, indem Sie für diese einen Sondertarif anbietet.

Detailierte Infos:
www.beratungsoase.at
Kontakt: Birgit Eggenberger, dipl. Lebens- und Sozialberaterin und dipl. Rückführungsleiterin
5202 Neumarkt, Gartenstraße 19A
Tel. 0664-273 3436
birgit@beratungsoase.at
FB: Birgits Beratungsoase

Birgits BERATUNGSOASE
Lösungsorientierte systemische Beratung

„Reden über Probleme ...

... lässt Probleme wachsen. Reden über Lösungen lässt die Lösungen wachsen." (Steve De Shazer)

Mit diesem Leitsatz begrüßt sie Birgit Eggenberger seit 2. August in ihrer Beratungsoase in Neumarkt.

Nach ihrer dreijährigen, psychologischen Ausbildung bei Alessa in Salzburg, eröffnet Birgit Eggenberger ihre Praxis „Birgits Beratungsoase" in Neumarkt. Als diplomierte Lebens- und Sozialberaterin begleitet sie KlientInnen in der Entwicklung zu eigenverantwortlichem und selbstständigem Handeln. Ihre Beratungsfelder umfassen Mediation, Neuorientierung (privat/beruflich), Erziehungsfragen, Beziehungsthemen, Krisenintervention, Konfliktschlichtung, Entscheidungsfragen und Unterstützung in belastenden Lebenssituationen, wie Mobbing, Burnout, Trauer und vielem mehr. Dank ihrer umfassenden Ausbildung der lösungsorientierten und systemischen Beratung und ihrer eigenen Lebenserfahrung, können sie jede Themen und Situationen in „Birgits Beratungsoase" ansprechen. Gedanken wie „Ich kann nicht mehr" oder „Wieso muss das immer mir passieren?" sollen Sie nicht länger belasten. In „Birgits Beratungsoase" können Sie auftanken, entspannen, Ruhe finden, Kraft schöpfen oder sich einfach „fallen lassen". Bei Interesse wird auch eine mobile Beratung angeboten, das heißt Sie können Ihre Beratungsgespräche auch bei ihnen zu Hause führen. Weiters werden Workshops und Atemmeditationen auf Anfrage angeboten. Weitere Infos finden Sie auch auf ihrer Website unter: www.beratungsoase.at

Kontakt:
Birgit Eggenberger
Diplom. Lebens- und Sozialberaterin
Gartenstraße 19A
5202 Neumarkt a.W.
Mobil: 0664-273 34 36
birgit@beratungsoase.at
www.beratungsoase.at

nnen

WIN Neumarkt
Hauptstr. 30, 5202 Neumarkt
www.win-neumarkt.at
office@win-neumarkt.at, Tel. 0664/1111099

GANZ PERSÖNLICH

„ES IST NIE ZU SPÄT ETWAS ZU VERÄNDERN"

Birgit Eggenberger
Birgits Beratungsoase
Geburtsjahr: *1972*
Stärke: *Kommunikativ, einfühlsam & Organisationstalent*
Lieblingsplatz in Neumarkt: *Hollywoodschaukel in meinem Garten*

Wenn du eine berühmte Persönlichkeit treffen würdest, wer wäre es?
Es gibt viele interessante Persönlichkeiten, die ich treffen möchte. Momentan ist es Robert Betz.

Was wolltest du als Kind werden?
Lacht – eigentlich wollte ich jede Woche etwas anderes werden, wie Lehrerin oder Stewardess.

Was war die beste Entscheidung in deiner beruflichen Laufbahn?
Dass ich meine psychologische Ausbildung gemacht habe.

Wie würdest du dich selbst beschreiben?
Als einen offenen, lustigen & geselligen Menschen.

Was wird dein nächstes Projekt?
Ich biete demnächst den Kurs „Zweisam statt Einsam" an. Hier finden Singles Anregungen für eine glückliche Partnerschaft.

Welches war das schönste Kompliment, das dir jemand gemacht hat?
Vor kurzem beendeten 2 Klienten die Sitzung mit folgendem Satz: „Wir kommen sicher wieder und empfehlen dich weiter!" Eine Weiterempfehlung ist das schönste Kompliment.

Was würdest du tun, wenn du unendlich viel Geld hättest?
Ich würde es teilen indem ich sinnvolle Projekte unterstützen würde, wie z.B. alleinerziehende Mütter zu fördern.

Wenn du dir ein Land aussuchen könntest, in welchem würdest du gerne leben?
Irgendwo im Süden wo es schön warm ist.

Auf was könntest du in deinem Leben nicht verzichten?
Auf meine zwei Töchter, Musik & die Natur und meine Arbeit als Beraterin.

Wenn du drei Wünsche frei hättest, welche wären es?
Gesundheit, finanzielle Unabhängigkeit & viel Zeit zum Reisen.

Wer suchet, der findet...

21 Mitgliedsbetriebe der Wirtschaftsinitiative Neumarkt haben sich für die Imagekampagne & Aktionswoche **Wer suchet, der findet...** im Mai für ihre Kunden in Schale geworfen. Mit den knackigen Sprüchen zeigen die attraktiven Unternehmerinnen & Unternehmer die Vielfalt der heimischen Betriebe in Neumarkt auf.

Frau für Unterstützung & Stärke,
findet mit dir deinen Weg