



In stressigen oder herausfordernden Situationen neigen wir oft dazu, den Atem anzuhalten oder uns in unseren Gedanken zu verlieren.

Luft holen – das kann bedeuten, bewusst innezuhalten, durchzuatmen und die eigenen Gefühle und Gedanken zu sortieren.

Diese Momente schaffen Raum für Veränderung, für Mut und neue Perspektiven.

Manchmal braucht es nur ein Gespräch, um neue Wege zu sehen.



Ich freue mich darauf, Sie ein Stück Ihres Weges zu begleiten.

Kontakt

Nicole Thien

Pastoralreferentin

Systemische Beraterin i.A. (DGSF)

✉ thien-n@bistum-muenster.de

☎ 0176 444 19 539



Bildnachweise:
Titelbild: © New Africa – stock.adobe.com
Alle anderen Abbildungen:
© Designed by Freepik | www.freepik.com

Systemische Beratung

Familienberatung

Begleitung in herausfordernden Lebenssituationen



Systemische Beratung für Einzelne, Paare und Familien

In unserer schnelllebigen und oft herausfordernden Welt stehen viele Menschen vor persönlichen und zwischenmenschlichen Herausforderungen.

Ich bin Pastoralreferentin und Systemische Beraterin / Familienberaterin in Ausbildung. Menschen auf ihren Lebens- und Glaubenswegen zu begleiten, ist mir ein Herzensanliegen. In meiner Arbeit verbinde ich systemische Perspektiven mit spiritueller Achtsamkeit – mit Blick auf das, was stärkt und trägt.

In meiner Beratung geht es darum, die Sichtweisen aller Beteiligten zu verstehen und die Wechselwirkungen zwischen verschiedenen Lebensbereichen zu erkennen. Probleme werden nicht isoliert, sondern im Zusammenhang mit Beziehungen und Lebenssystemen betrachtet.



Meine Beratung richtet sich an Einzelpersonen, Paare und Familien, die Unterstützung in unterschiedlichen Lebenssituationen suchen – ob bei Beziehungsfragen, familiären Herausforderungen oder persönlichen Krisen. Systemische Beratung fördert Selbstreflexion, stärkt Kommunikation und rückt eigene Bedürfnisse und Stärken in den Mittelpunkt. Gemeinsam schaffen wir Klarheit, Orientierung und neue Perspektiven.

Mögliche Themenfelder



Persönliche Entwicklung und Identität



Herausforderungen und Belastungen im Alltag und Familienleben



Konflikte in Familie, Partnerschaft und Freundschaft



Stressbewältigung und Selbstfürsorge



Krisen und Umbrüche



Berufliche Orientierung und Veränderung

... und wie kann mich die Beratung auf meinem Weg stärken?

Ziel ist es, neue Sichtweisen zu entwickeln, eigene Ressourcen zu entdecken, Beziehungen zu klären und neue Schritte wagen zu können.

Ressourcen entdecken – Lösungen gestalten

- ▶ ressourcenorientiert
- ▶ wertschätzend
- ▶ lösungsorientiert
- ▶ stärkend

Die Beratungsgespräche sind kostenlos und unterliegen der Schweigepflicht.

