



# Lebens beratung

Astrid Schade

Darmstädter Str. 142  
64331 Weiterstadt

06150 - 136891  
[beratung@astrid-schade.de](mailto:beratung@astrid-schade.de)

[www.astrid-schade.de](http://www.astrid-schade.de)



akkreditierte  
Christliche  
Beraterin



Persönlichkeit

Entwicklung

Perspektive

[www.astrid-schade.de](http://www.astrid-schade.de)



# Beratung

## Allgemeine Informationen

Die Beratung ist für Einzelpersonen. Eine Beratungseinheit dauert in der Regel 60 Min. und erfolgt nach Terminabsprache.

Kosten der Lebensberatung sind eine Investition in das eigene Wohlergehen und werden privat getragen.

Die Beratung beginnt mit einem Orientierungsgespräch. Dort können dann Themen, Ziele und Ablauf konkret besprochen werden.

## Mögliche Themen

Berufliche und persönliche Entscheidungsfindung, Umgang mit Krisen, Konflikten und Veränderungen, Stabilisierung und Persönlichkeitsentwicklung, Selbstwert, Ressourcen, Selbstfürsorge, Resilienz, Biografiearbeit, Kommunikation etc.

## Ich unterstütze und ermittle Sie

auf Ihrem persönlichen Weg zu individuellen Lösungen und Handlungsoptionen.

## Beratung ist individuell

Sie sind als ganze Person wichtig, ich arbeite mit einer bewusst wertschätzenden, empathischen Haltung. Der Mensch wird ganzheitlich in den Blick genommen.

Die Gespräche sind grundsätzlich vertraulich und unterliegen Schweigepflicht.

## Beratung steht jedem offen

Ganz unabhängig von Alter, Familienstand, Religion und Lebenssituation. Meine Beratung ist am christlichen Menschen- und Weltbild orientiert. Die Achtung Ihrer persönlichen Freiheit und Überzeugung bleibt dabei an erster Stelle.

## Beratung verfolgt vielfältige Ziele

Es geht um ein innehalten, sich orientieren, reflektieren, sortieren und konkretisieren... es können dadurch neue Ressourcen erschlossen, Verletzungen verarbeitet und Reifungsprozesse gefördert werden.

