



Diplom Psychologin
Christine Klaubert
Psych. Psychotherapeutin
und Heilpraktikerin

Studium · Berufserfahrung · Weiterbildung

- Studium der Psychologie, Germanistik und Philosophie, Abschluss als Diplom-Psychologin
- Zusätzliche Ausbildung u. Zulassung als Heilpraktikerin
- 5-jährige Weiterbildung zur Verhaltenstherapeutin
Approbation und Kassen-Zulassung als Psychologische Psychotherapeutin
- Seit 1994 in eigener Praxis niedergelassen, seit 2007 ausschließlich Privatpraxis
- Weiterbildungen u.a. in Hypnotherapie und energetischer Psychotherapie
- Langjährige Beschäftigung und Erfahrung mit spirituellen Ansätzen, insbesondere mit dem Archetypen System der Seele (nach Verda Hasselmann, Frank Schmolke: Die Archetypen der Seele)
- Besonderes Interesse an Selbsthilfefansätzen aus psychologischer, naturheilkundlicher und spiritueller Richtung und deren Umsetzung in die Praxis
- Glücklich verheiratet und Mutter eines Sohnes



Wir schaffen neue Perspektiven für:

- mehr Lebensfreude und Lebensqualität
- die Entwicklung und Umsetzung eigener Ziele
- private und berufliche Problemlösungen
- die Befreiung von Spannungen
- einen positiven Umgang mit der Umwelt

Institutsleitung:

Dipl. Psych. Christine Klaubert
Psychologische Psychotherapeutin und Heilpraktikerin

Medizinischer Beirat

Dr. med. Alexander Klaubert
Internist

So finden Sie zu uns:

Leinpfad 102
22299 Hamburg
Telefon: 040-46 774 774
E-Mail: impulse-ack@t-online.de
Internet: www.selbstentwicklung-hamburg.de

*Alle Wege der Veränderung führen
zunächst zu uns selbst.*



*Professionelle Selbsthilfestrategien für einen
positiven Umgang mit sich selbst und der Umwelt.*



»Körperliche, geistige und seelische Gesundheit ist unser kostbarstes Gut, das wir mit kluger Lebenskunst stärken können. Gewusst wie.«

Angesichts der Fülle an Ratgebern und deren hohen Auflagen dürfte es eigentlich keine Schwierigkeiten geben, sich in belastenden Situationen selbst zu helfen oder das eigene Potenzial optimal zu entfalten. Dennoch: In konkreten Situationen steht der Einzelne vor dem Problem, was genauer tun kann oder wo und wie er die für ihn passende Unterstützung findet und umsetzt.

Wir haben die unterschiedlichen Ansätze, die sich mit der Unterstützung und Entwicklung der Persönlichkeit auseinandersetzen, auf ihre Schlüssigkeit und auf ihre Umsetzbarkeit überprüft und nach professionellen Gesichtspunkten aufbereitet.

- **Der Schlüssel heißt: Mentale Fitness nach Maß.**
Mentale Fitness in diesem Sinn braucht Kenntnis und Training:
Kenntnis meiner individuellen Stärken und Schwächen und deren Bedingungen und Training konkret wirksamer Handhabungen der Veränderung. Jeder hat alle Möglichkeiten, das eigene Potenzial zu entfalten.

Wer bin ich eigentlich? Wer will ich sein?
Wir helfen Ihnen, sich neu zu entdecken: Sich mit der Einzigartigkeit der eigenen Persönlichkeit vertraut zu machen – in Abhängigkeit von Erziehung, Umwelt, Selbstverständnis usw.

Wie stelle ich mich meiner Umwelt?
Wir unterstützen Sie im konstruktiven Umgang mit Problemen und Belastungen und bieten unabhängige Hilfe zur Selbsthilfe. Dabei fördern wir Sie in Ihren Veränderungswünschen und zeigen Wege, sich entsprechend der eigenen Identität zu entfalten.

Wie motiviere ich mich?
Wir suchen mit Ihnen zusammen die Quellen Ihrer Kraft und Wege der praktischen Umsetzung. Ein wesentlicher Teil ist dann einfach auch Übung.

Sie möchten sich verändern und hierfür an sich arbeiten? Wir bringen Sie auf den Weg.

Wir unterstützen Sie, indem wir mit Ihnen zusammen einen individuellen Plan erstellen. Hierbei arbeiten wir mit wissenschaftlich-fundierten Methoden aus der Psychologie und Naturheilkunde genauso wie mit den Lehren der spirituellen Tradition.

Gemeinsam entdecken wir Ihr Potenzial.

Entdecken Sie Ihre persönlichen Potenzialfelder, die Sie positiv für sich nutzen können, indem Sie Stärken ausbauen und lernen, mit vorhandenen Schwächen produktiv umzugehen. So haben Sie auch in Problem- und Belastungssituationen Möglichkeiten an der Hand, Auslöser zu erkennen und einzuordnen, frühzeitig zu reagieren und entsprechende Wege einzuschlagen.

Mit Ihren Zielvorgaben.

Finden Sie systematisch heraus, wie Sie das Beste aus sich machen können – durch individuell sinnvolle Möglichkeiten der Selbstentwicklung im jeweils eigenen Tempo. Wir bieten Ihnen Konzepte und Wege mit Herz und Verstand. Hierzu gehören natürlich auch Lösungen für spezielle Probleme wie Angstzustände, Phobien, depressive Verstimmungen, psychosomatische Beschwerden, Stressbelastungen, Burn-out und andere spezielle Krisen- und Veränderungssituationen.

Kurzfristig oder auf lange Sicht.

Individuell beraten wir Sie über Möglichkeiten der Selbsthilfe bei den kleineren und größeren Problemen des Alltags, die manchmal auch unerwartet anstehen und lediglich kurzfristiger Unterstützung bedürfen. Genau so besteht die Möglichkeit einer intensiveren, eher langfristigeren Auseinandersetzung. Begleitendes Material wird Ihnen jeweils zur Verfügung gestellt.

Ganz individuell oder im kleinen Kreis.

In entspannter, angenehmer Atmosphäre können Sie entweder in der Einzelberatung oder in einer Kleingruppe (max. 8 Teilnehmer) entsprechende Möglichkeiten und Wege kennenlernen und erproben.

Unsere Leistungen im Überblick.

- **Kostenloses Erstgespräch**
Im Erstgespräch haben Sie und wir die Möglichkeit einen ersten Eindruck zu gewinnen, um Sie dann über weiterführende Möglichkeiten zu beraten. Dieses Angebot ist für Sie kostenlos und unverbindlich.
- **Einzelberatung/Mentoring**
Im Einzelgespräch lassen sich individuelle Konzepte erarbeiten und gezielt umsetzen.
Die Kosten liegen hierbei pro Einheit zwischen 80 und 120 Euro.
- **Workshops und Trainingsprogramme**
Unsere Angebote können auch in Klein- und Kleinstgruppen (max. 8 Teilnehmer) wahrgenommen werden. Die Kosten liegen hierbei je nach Teilnehmerzahl zwischen 20 und 40 Euro pro Zeiteinheit.
- **Per Brief oder Telefon**
Schriftliche oder telefonische Beratung ist abhängig vom Anliegen und auf Anfrage möglich.
- **Gut zu wissen.**
- **Was leisten die Krankenkassen?**
Psychotherapeutische Leistungen können über Krankenkassen abgerechnet werden. Bitte prüfen Sie hierfür vorher die vertraglichen Leistungen.
- **Wie erreichen Sie uns am besten?**
Leider können wir nicht immer persönlich am Telefon sein. Hinterlassen Sie bitte auf unserem Anrufbeantworter Ihren Namen, Ihre Telefonnummer und die Zeit, in der Sie am besten erreichbar sind. Wir rufen so schnell wie möglich zurück. Ebenso können Sie uns gerne eine E-Mail schicken.