



Konfliktsituation – eine Herausforderung? Lebensfreude und Lebenskraft (*wieder*) entdecken

Petra Jendralski-Becker fördert Klarheit, Selbstbewusstsein und Zielorientierung

> Zufrieden mit sich selbst, dem Meistern der unterschiedlichen Lebenssituationen, und erfolgreich im Beruf – und doch mit einem Mal gehemmt oder blockiert, wo es eigentlich nicht nötig ist und am Vorankommen hindert, die Gedanken drehen sich im Kreis. Die langzeiterfahrene psychologische Fachberaterin Petra Jendralski-Becker hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Menschen, die zu ihr kommen, das Vertrauen in die eigene Kompetenz zu fördern, somit die Stärkung des Selbstbewusstseins, des Selbstvertrauens, der Zielsetzung, und der Handlungsstärke. Zu Ihr kommen Menschen, die bewusst mit ihrer Person, Ihrer Situation sowie ihren Aufgaben kraftvoll weiterkommen möchten. Dafür gibt es kein Allgemeinrezept sagt Petra Jendralski-Becker. Sehr zufriedene Ergebnisse erzielt Sie mit der **Integrierten Lösungsorientierten Beratung**. In entspannter und geborgener Atmosphäre werden im gemeinsamen Arbeitsrahmen, zielorientiert, persönlichkeitsorientiert, konsequent und kooperativ die bislang verborgenen Ressourcen entdeckt und damit das ›Sich Selbst entdecken‹.

›Was hindert mich so zu sein, wie ich es eigentlich möchte und auch bin?‹ Äußerst wichtig zu diesem Weg ist die klare Zielformulierung für sich selbst, darüber hinaus die Erkenntnis ›Wer bin ich?‹ ›Was will ich sein?‹ bis hin zu ›Was muss ich tun, um der zu werden, der ich sein will, damit ich zufriedener mit mir, meiner Situation, meiner beruflichen Stellung, der Umwelt bin?‹ Aus dem sorgfältig gesteigerten Vertrauen in die eigene Kompetenz und dem Selbstbewusstsein resultiert eine Stärkung der Selbstbestimmung, auch differenziertere Wahrnehmungen, mit einer nachfolgenden Verhaltens- und Handlungsänderung. »So

folgt auf eine bewusst veränderte Denkweise ein verändertes Verhaltensmuster. Kleine Veränderungen führen oftmals zu großen Ergebnissen«, beobachtet Petra Jendralski-Becker zufrieden den gemeinsam erarbeiteten Erfolg. »Auch werde ich oft nur zum Erzählen in meiner Praxis aufgesucht, als Gesprächspartnerin bzw. als ZuhörerIn, wenn der Kopf voll ist, oder etwas Tolles hat sich ereignet. Auch das kann kräftig erleichtern und die Welt sieht dann schon ganz anders aus, und das tut so gut,« lacht sie. So machen z.B. auch regelmäßig Geschäftsfrauen von diesem ›Wellnessangebot‹ Gebrauch. »Jeder Mensch hat in sich die Fähigkeit, eigene Lösungen zu entdecken. Ich helfe nur dabei, aus dem so genannten Tunnelblick herauszukommen, das eigene Selbstbewusstsein zu stärken, verborgene Kräfte freizulegen. Durch das ›sich Selbst kennen lernen‹ werden blockierende, negative Programmierungen und Energien abgegeben und in konstruktiv-positive, und somit kraftspendende, umgewandelt« beschreibt Petra Jendralski-Becker den Prozess zum Wiederspüren der Lebenskraft, der Lebensfreude und des sich Weiterentwickelns. Damit das Selbst, die Situation, oder das Anforderungsprofil nicht zur Zerreißprobe wird, sondern eine erfolgreiche Erfüllung zur eigenen und erfolgreichen Aufgabenidentität: **Sich selbst wahrnehmen – den Konflikt als Herausforderung sehen – zielorientiert handeln.** ■

Integrierte Lösungsorientierte Beratung

Petra Jendralski-Becker

Tel. 0511 / 374 46 40, Mobil 0172 / 517 77 71

www.ihr-gesprächspartner.de