

Über den Tellerrand geschaut ...

>**Meditation** und >**Achtsamkeit** sind eigentlich keine psychotherapeutischen Methoden - aber sie können einem sehr helfen, mit Schwierigkeiten im Leben, mit belastenden Gefühlen und Stress aller Art besser zurechtzukommen.

Meditieren kann jeder: Es heißt zu spüren, dass man im Hier und Jetzt lebt,... [Lesen Sie mehr](#)

Die [psychologische Astrologie](#) gibt Einblicke in die individuelle Persönlichkeit jedes Einzelnen: Jeder Mensch ist anders, einzigartig - aber wie?

So kann sie Menschen darin unterstützen, sich selbst besser kennenzulernen. Oder dass Eltern besser ihre Kinder verstehen lernen.

Die Persönlichkeit wird dabei nicht als etwas Festgelegtes und nicht Veränderbares gesehen. Statt dessen werden Anlagen beschrieben, die gefördert werden können, ebenso aber auch Schwierigkeiten, z.B. problematische Beziehungsmuster und ähnliches, die im Laufe des Lebens gemeistert werden müssen. Es geht nicht um Vorhersagen irgendwelcher Art, sondern um eine psychologische Interpretation.

Diese Leistung erfolgt natürlich nur auf Wunsch und wird nicht von den Krankenkassen getragen.



Psychologische Astrologie

Die psychologische Astrologie beschäftigt sich mit den individuellen Wesenszügen und psychologischen Grundmustern eines Menschen.

[Lesen Sie mehr](#)