

Supervision

Supervision bedeutet innehalten. Sie eröffnet Raum, um die eigene Arbeit zu reflektieren, Gefühle auszusprechen und neue Perspektiven zu gewinnen. So entsteht Klarheit, innere Stärke und die Möglichkeit, sich beruflich wie persönlich weiterzuentwickeln – getragen von Werten, Haltungen und echter Begegnung.



Selbsterfahrung

Selbsterfahrung heißt, sich selbst neu zu begegnen. Im geschützten Rahmen entsteht Raum, über Erlebtes zu sprechen, Gefühle zu reflektieren und sich in der Gruppe oder im Einzelprozess intensiver wahrzunehmen. Im Mittelpunkt stehst du – mit deinen Gedanken, deinen Gefühlen und deinem einzigartigen Sein. So entsteht Klarheit, neue Kraft und die Chance, dir selbst näher zu kommen. Ein Weg, der Wachstum, Lebendigkeit und Leichtigkeit möglich macht.



Lebensrad(t)

Bernhard Pommer

Psychosoziale Beratung | Lebens- und Sozialberatung
Paarberatung | Supervision | Selbsterfahrung
Stressmanagement und Burnout-Prävention
Kinesiologie

Ich unterstütze Sie gerne bei

- Work-Life-Balance
- Krisenintervention
- Konfliktbewältigung
- Neuorientierung
- Selbstwert und Selbstbewusstsein
- Paarberatung / Beziehungsthemen
- Stress- und Burnoutprävention
- Mobbing / Bossing Beratung
- Lebensfreude und Lebenssinn finden
- Kommunikation und Selbstwert
- Lebensübergänge
- Supervision und Selbsterfahrung

Beratung die bewegt: innovativ - kreativ - lebendig

Pommer Bernhard



○ Brandhofgasse 5a | 8010 Graz

○ +43 664 44 33 955

○ bernhard.pommer@lebensrad.at

○ www.lebensrad.at

○ Facebook „Lebensrad“

○ Termin nach Vereinbarung

○ auch Outdoor/Online möglich

Vertragspartner:

○ KAGes Coach/Supervision

○ SVS Gesundheitshunderter

○ GRAWE MyMEDpro



Lebensrad(t)

Bernhard Pommer

Psychosoziale Beratung | Lebens- und Sozialberatung
Paarberatung | Supervision | Selbsterfahrung
Stressmanagement und Burnout-Prävention
Kinesiologie



Psychosoziale Beratung

Lebens- und Sozialberatung

AB PaarCoaching

Supervision | Selbsterfahrung

BusinessLine

Kinesiologie

ERST REDEN.
GLEICH BESSER.

Ich bringe Sie
auf den Punkt

Psychosoziale Beratung

Hilfe, Orientierung und neue Wege finden - Wenn Sie sich in belastenden Situationen befinden, vor schwierigen Entscheidungen stehen oder neue Lebenswege suchen, begleite ich Sie einfühlsam und professionell. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungen und Veränderungsmöglichkeiten – beruflich wie privat – unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Ressourcen. Mit modernen systemischen Methoden eröffnen wir neue Perspektiven. Ein Blick von außen auf Ihr System schafft Klarheit und zeigt erste Schritte zur Veränderung.



Auch „Outdoor“ möglich - eine erfrischende Möglichkeit!

Lebe im Hier und Jetzt!



Jede Veränderung beginnt mit einem Gedanken. Wenn wir diesen bewusst wahrnehmen und verstehen, öffnet sich der Weg zu etwas Neuem. Doch wahre Veränderung braucht mehr als nur den Wunsch – sie braucht Mut und innere Stärke. Mit einfühlsamer Unterstützung und professioneller Begleitung wird aus einem Gedanken ein Neubeginn.

Balance Kinesiologie®

Mit der Methode Balance Kinesiologie® ist es möglich, Ängste, Stress und alte Verhaltensmuster aufzulösen. Ebenso werden emotionale, mentale und familiendynamische Blockaden gelöst und Ihr Wohlbefinden gesteigert. Sie fördert Bewegung auf allen Ebenen des menschlichen Daseins und unterstützt Ihre Gesundheit im umfassenden Sinne.

Bei klinischen Krankheitsbildern ersetzt die Kinesiologie keinesfalls eine ärztliche Beratung, Betreuung und Therapie, jedoch kann ich Ihren Weg kinesiologisch beratend begleiten.

Die Methode Balance Kinesiologie® beruht auf dem kinesiologischen Muskeltest und ist sehr effizient.

Die Einzigartigkeit meiner Praxis beruht auf psychosozialer Beratung, gepaart mit Kinesiologie.

PUNKT



AB PaarCoaching

Wenn Liebe an Grenzen stößt! Im gemeinsamen Leben tauchen manchmal Probleme auf, die sich trotz aller Bemühungen nicht allein lösen lassen. In unserer Paarberatung begleite ich Sie gemeinsam mit einer Kollegin, um sowohl der weiblichen als auch der männlichen Perspektive Raum zu geben. So entsteht ein geschützter Raum, in dem Sie sich verstanden fühlen, Ihre eigene Rolle erkennen und gemeinsam neue Wege für Ihre Beziehung entdecken können.

www.AB-PaarCoaching.at

Facebook „AB PaarCoaching“



BusinessLine

Sie führen ein Unternehmen? Dann wissen Sie: Erfolg braucht mehr als Zahlen. Ich begleite Sie und Ihr Team in wichtigen Entwicklungsprozessen – ob im Konflikt- und Changemanagement, in der Persönlichkeitsentwicklung oder beim Stärken der Resilienz. So entstehen neue Dynamik, mehr Effizienz und ein Arbeitsumfeld, in dem Menschen gerne ihr Bestes geben.