

Kostenfreies Gruppenangebot

Viele Menschen haben das Gefühl, beruflich und persönlich auf einem schlingernden Schiff unterwegs zu sein. Sie erleben Überforderung, Ängste, Konflikte, Krankheit oder Schlaflosigkeit und Schmerzen, für die keine medizinische Ursache gefunden werden.

Ich biete Ihnen in diesem kostenlosen Gruppenangebot die Möglichkeit, sich in einer Gruppe von maximal sechs Personen über Ihre Belastungen in einem vertrauensvollen und geschützten Raum auszutauschen. Sie lernen mit und von der Gruppe. Das Angebot ist auch geeignet für Menschen, die die Zeit bis zu einer Psychotherapie überbrücken wollen oder die unsicher sind, ob eine Therapie der richtige Weg für sie ist.

Als Coach gebe ich Ihnen Hilfestellungen mit denen Sie wieder Klarheit und Selbstwirksamkeit finden. Im Austausch der Gruppe finden sich oft neue Sichtweisen und Lösungsansätze. Sie machen die Erfahrung, das Sie nicht allein mit Ihrer Situation sind. Durch die Gruppe erfahren Sie Verständnis und Rückhalt.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, vereinbaren Sie bitte einen Termin, unter 04330 – 7894088 oder contact@owanga.net, in dem Sie Ihre Fragen und Bedenken klären können. Ich erläutere Ihnen, wie der Einstieg in die Gruppe gelingen kann und welche Regeln in der Gruppe das Vertrauen stärken.

TERMINE:

Donnerstag, 8.10.2026

5.11.2026

3.12.2026

18:00 – 20:00 Uhr




OWANGA
COACHING

Sabine Wackenroder
Jahnstraße 12
24802 Emkendorf
www.owanga.net