

## **Psychotherapeutische Arbeit mit der Work-Life-Balance**

Um mehr zu wissen über die eigenen Lebensziele sowie Impulse für die eigene Lebensplanung, ist diese Form der analytischen Psychotherapie das passende Instrument. Hierbei lernt man sich und seine persönlichen Verhaltens- und Glaubensmuster sowie Wertesysteme grundlegend kennen.

Langfristiger Erfolg ist ein Kennzeichen. Man wird in die Lage versetzt, Berufs- und Privatleben in ein ausgewogenes Verhältnis zueinander zu bringen. Ein breites Feld der Selbsterkenntnis bringt innere Sicherheit und dadurch Entspannung.