



Cornelia Noack  
Systemische Beraterin (SG)  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
EFT-Practitioner

Silberberg 7  
21502 Geesthacht

Fon 04152.908 17 01  
Mobil 0176.62 31 31 02

[www.cornelia-noack.de](http://www.cornelia-noack.de)  
[praxis@cornelia-noack.de](mailto:praxis@cornelia-noack.de)

**Cornelia Noack**

Systemische Beraterin (SG)  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
EFT-Practitioner

## *„Jede Krise ist die Chance zur Veränderung“*

Es gibt viele Krisen in unserem Leben. Einige nehmen wir kaum als Krise wahr. In anderen stecken wir fest und kommen alleine nicht weiter.

**Mit der Systemischen Beratung aktivieren wir gemeinsam Ihre Ressourcen und Kompetenzen, damit Sie selber wieder eigene Lösungen entwickeln können – Sie werden wieder zum „Experten in eigener Sache“!**

**Angst** schützt uns vor Gefahren. Wir brauchen sie zum Leben. Wenn die Angst in uns größer wird und uns in unserem Alltag behindert, erschwert sie unser Leben. Uns der eigenen Angst zu stellen ist oftmals ein anstrengender Weg. Auf diesem Weg kann ich Sie begleiten z.B. bei Flugangst, Prüfungsangst, Angst in Kaufhäuser zu gehen, Angst vor öffentlichen Auftritten oder auch der Angst vor der Angst.

**Belastungssituationen** gibt es vielfältige in unserem Leben, innere und äußere Konflikte. Ich helfe Ihnen mit Ihren Ressourcen Ihren persönlichen Weg zu finden.

**Biografiearbeit** ermöglicht Ihnen eine Reflexion der biografischen Vergangenheit. Sie dient zu Ihrem Verständnis in der Gegenwart und einer möglichen Gestaltung der Zukunft.

**Entspannung** zu finden, bei all unseren alltäglichen Verpflichtungen, erscheint uns manchmal nicht möglich. Wir können gemeinsam Ihren Weg finden zu mehr Ausgeglichenheit und los lassen können.

**Depression** ist eine weit verbreitete psychische Erkrankung. Wir können gemeinsam schauen, was Sie brauchen um wieder mehr Licht in Ihrem Leben wahrnehmen zu können.

**Partnerschaftsprobleme** kennt jede Beziehung. Was möchten Sie in Ihrer Beziehung verändern? Welche Wünsche haben Sie, was ist gut, was soll so bleiben, wie es ist?

**Systemisches Coaching für Eltern** nach Haim Omer kann Ihnen bei Ihrer Erziehungsarbeit helfen. Vielleicht fühlen Sie sich hilflos oder haben sogar Angst vor Ihrem Kind. Es ist möglich Wege zu finden zur Deeskalation und zur Lösung Ihrer Erziehungsprobleme ohne Gewalt.

**Körpersymptome**, die einen psychischen Hintergrund haben, können vielfältig sein, z.B. Verspannungsschmerzen, Allergien, Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus, Zähne knirschen, u.a..

**Übergewicht** kann eine große Belastung sein. Leiden Sie unter Ihrem Gewicht? Es gibt Wege, sich wieder in der eigenen Haut wohl zu fühlen.

**EFT** steht für Energie-Feld-Therapie. Mit EFT biete ich Ihnen eine lösungsorientierte Kurzzeittherapie an, denn nicht jede psychische Belastung bedarf eines langen therapeutischen Kontaktes. Diese Therapieform gehört zur energetischen Psychologie und geht auf die östliche Heilkunde zurück. Das menschliche Energiefeld ist ein Feld in und um uns herum, in dem Gedanken, Gefühle und Energien in einer bestimmten Bezogenheit aufeinander wirken. Jede Emotion und jeder Gedanke liefert eine bestimmte Information an das Gesamtsystem des Menschen. Es gibt einen direkten Zusammenhang zwischen dem Energiefeld der Gedanken und Gefühle einerseits und dem Meridiansystem andererseits. Jeder Gedanke prägt bestimmte Bereiche im Meridiansystem des Körpers. Dadurch kann es zu inneren Selbstblockaden kommen. Diese inneren Selbstblockaden können mit EFT gelöst werden.

Termine, die nicht 24 Stunden vorher abgesagt werden, werden in voller Höhe in Rechnung gestellt. Leistungen von Heilpraktikern sind nach §4 Nr.14 UStG von der Umsatzsteuer befreit.

Kosten je  
(50 min)

Erstgespräch 60 €  
Systemische Beratung 70 €  
Energetische Psychologie 80 €  
Paar- und Familiengespräche 100 €