

*Julia Kirschbaum*  
*Systemische Therapie und Beratung*  
*Eltern-Kind Coaching*  
*Reflexintegration RIT*



## Julia Kirschbaum

Diplom Sozialpädagogin/Soziale Arbeit (FH),  
Systemische Therapie  
und Beratung (SG)  
Reflexintegration RIT

Langjährige Erfahrung  
in der Begleitung von  
Familien, Eltern und  
Kindern im Rahmen  
der Jugendhilfe



### **Bei folgenden beispielhaften Fragestellungen können Sie sich gerne an mich wenden:**

- Begleitung in Krisen oder schwierigen Lebensphasen
- Psychosoziale Probleme: depressive Episoden, Burnout, Schlaflosigkeit
- Konflikte in der Familie, Schule oder am Arbeitsplatz
- Reflexintegration als Alternative zu Methylphenidat bei Hyperaktivität, Konzentrations- und Lernschwierigkeiten
- Verbesserung der Eltern-Kind Interaktion
- Resilienzförderung von Kindern: „Fürs Leben Lernen“
- Agieren statt reagieren in der Erziehung
- Mein Kind ist impulsiv: wie können wir es schaffen, dass es einen angemessenen Umgang mit seinen Gefühlen findet
- Mein Kind ist schüchtern/ängstlich, wie können wir es schaffen, dass es sich mehr zutraut/ mehr auf andere zugeht...
- Mein Kind wirkt unglücklich
- Machtkämpfe: wie können wir es schaffen liebevoll Grenzen zu ziehen und doch in Verbindung zu bleiben

## Methoden:

Systemische Therapie und Beratung, Elemente aus NLP und hypnosystemischer Therapie und Beratung, hilfreiche Visualisierungen, Kinder- und Jugendcoaching, Neuroplastizität (lebenslange Formbarkeit des Gehirns)

## Was ist systemische Therapie und Beratung?

Bei dem oben genannten Beratungs- und Therapieansatz handelt es sich um ein seit 2008 wissenschaftlich anerkanntes Psychotherapieverfahren, das sich aus der Familientherapie entwickelt hat. Systemiker sind davon überzeugt, dass jeder Mensch Experte für sein eigenes Leben ist und die Lösung schon in sich trägt, sich dieser jedoch gerade nicht bewusst ist. Durch Perspektivwechsel und Verschiebung des Aufmerksamkeitsfokusses

in der hypnosystemischen Therapie auch durch die Schaffung eines Zugangs zum Unbewussten, können hilfreiche Veränderungsprozesse angestoßen werden. Das System findet so in ein neues Gleichgewicht und der Klient wieder zu mehr Wohlbefinden.

## Geplante Workshops:

- Gehirngerechte Kommunikation mit Kindern
- Resilienzförderung in der Erziehung



LIZ - Lebensimpulszentrum  
Hauptstraße 156  
67590 Monsheim Kriegsheim  
[www.l-i-z.de](http://www.l-i-z.de)

[julia.kirschbaum@l-i-z.de](mailto:julia.kirschbaum@l-i-z.de)  
Tel.: 0151/74353816

