

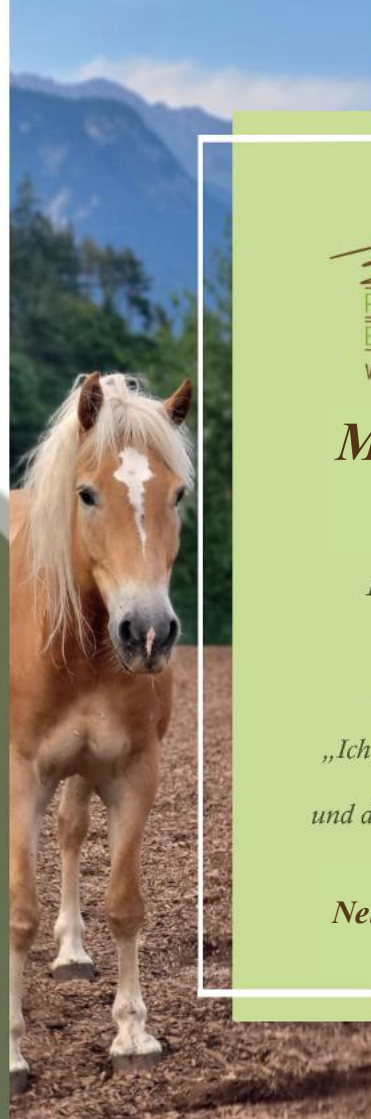


- * Glücks-Coaching
- * Beratung/Elterncoaching
- * Coaching & pferdegestütztes Coaching
- * Evolutionspädagogik & Lernberatung
- * Einzel-, Team- & pferdegestützte Supervision
- * Kommunikations-, Glücks-, Mental- & Mental-Health-Training

Kontakt:

Mag. Barbara Schwarz
 6401 Inzing, Schöllernweg 8
 +43 699 1825 9369
mentalfit@barbara-schwarz.at
www.lernberatung-coaching.com

Design & Fotografie: Natalie Plössnig



Mentalfit durchs Leben

Kennst du diese Gedanken?

„Das schaffe ich nicht!“
 „Ich sehe keinen Ausweg.“
 „Ich bin nicht gut genug.“
 „Ich komme einfach nicht weiter ...“

und du schränkst dich selbst damit ein?

Neue Gedanken. Neues Ich.



Für Schüler*innen und Jugendliche



Wenn dir Schule und das Leben richtig schwerfallen ...

- *Du hast keine Motivation.*
- *Du zweifelst an dir und deinem Können und traust dir vieles nicht zu.*
- *Du hast Angst zu versagen.*
- *Du machst dir ständig Gedanken darüber, was andere von dir denken.*
- *Du ziehst dich immer mehr zurück – bis hin zur Schulverweigerung.*

Mit Pferden an deiner Seite findest du neue Kraft und Mut – und entdeckst neue Wege, mit deinen Gedanken und Herausforderungen umzugehen.

Kontaktieren Sie mich für eine mögliche finanzielle Unterstützung.

Glückliche Menschen ...

- *lernen leichter und sind flexibler.*
- *kennen ihre Stärken und können auf sie zurückgreifen (Resilienz).*
- *vertrauen sich selbst und ihren Fähigkeiten.*

Für Erwachsene

Das Leben könnte leichter sein, wenn du ...

- *mit Stress und Überforderung gelassener umgehen kannst.*
- *wieder mehr Energie und Lebensfreude spürst.*
- *bei wichtigen Entscheidungen Klarheit gewinnst.*
- *alte Muster erkennst und löst.*
- *deine Ziele Schritt für Schritt verwirklichst.*

Neue Wege gehen – entdecke, was in dir steckt!

