

Ihr  
seelisches und soziales  
Wohlbefinden  
ist mir ein großes Anliegen!

## Terminvereinbarung

Mobil: 0699/88 46 75 44  
christine.minixhofer@dialogus.at  
www.dialogus.at

## Praxisadresse

8055 Graz Seiersberg  
Mitterstraße 128/11

CHRISTINEMINIXHOFER  
Training | Coaching | Beratung

Sie haben  
herausfordernde oder  
schwierige Situationen  
zu bewältigen und suchen Hilfe?

Ich berate und begleite Sie gerne  
auf dem Weg  
zu einer  
aktiven und positiven  
Lebensgestaltung,

um die Herausforderungen  
des Lebens zu meistern.

Herzlichst

*Christine Minixhofer*

**MICH**  
wahrnehmen  
achten  
annehmen  
erfahren  
erleben  
spüren  
verstehen  
stärken



**MICH**  
öffnen  
entfalten  
entwickeln

**DEM LEBEN  
GEWACHSEN...**

## Ich begleite und berate Sie...

### ...Persönlichkeitsentwicklung

- Lebenssituationsanalyse und Standortbestimmung
- Entscheidungsfindung, Entwicklungsmöglichkeiten
- Achtsame Kommunikation, Beziehungs- und Lebensgestaltung

### ...Krisenbewältigung

- Umgang mit Krankheit, Tod, Trauer, Abschied, Verlust und Übergangsphasen

### ...in Ihrer Rolle als Mutter/Vater

- Achtsame Kommunikation, Erziehung und Beziehung

### ...im beruflichen Kontext

- Konfliktmanagement
- Gesprächsführung und achtsame Kommunikation
- Reflexion von Führungsverhalten
- Stressbewältigung
- Prävention im Umgang mit Aggression und Gewalt
- Burnout Prävention
- Coaching

## Ihr Nutzen...

### Stärkung von

- Selbstwahrnehmung
- Selbstachtung
- Selbstfürsorge
- Selbstmitgefühl
- Selbstbewusstsein
- psychosozialer Gesundheit

### Erweiterung von

- Perspektiven
- Handlungsmöglichkeiten

### Weiterentwicklung der

- Reflexions-
- (Selbst)Empathie-
- Kommunikations-
- Konflikt- und
- Beziehungsfähigkeit



**Christine Minixhofer, MSc**

Geb. 1968, verheiratet, Mutter von 2 Kindern

Studium psychosoziale Beratung (Uni Krems)

Dipl. Lebensberaterin  
(Integrative Gestalt, SteiGLS)

Achtsamkeitslehrerin

Akademische Kommunikationstrainerin

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach  
Dr. M. Rosenberg (Netzwerk GFK Austria)

Gesundheits- und Pflegepädagogin, DGKS