

# wendezeit

ausweg aus überforderung, unlust und krise

---



---

Ob Arbeitsplatz, Partner oder Gesundheit: wenn Vertrautes plötzlich wegbricht oder zunehmend fehlt, fühlt sich das oft beängstigend an. Statt Sicherheit und Geborgenheit spüren wir Unsicherheit, Leere und Verlassenheit. Wir erleben uns unfreiwillig handlungsunfähig, unklar und vielleicht als Opfer. Wir wollen, dass alles wieder gut wird und spüren instinktiv, dass es den Weg zurück nicht gibt und etwas Neues gefunden werden will.

In dieser Situation sind vertraute Menschen oft eine Quelle für Trost und manchmal ein Hindernis für Veränderung. Wenn sie Ihren Ausweg finden und gehen wollen, hilft Ihnen ein zuverlässiger Gefährte.

Persönlichkeitsentwicklung  
Coaching | Psychotherapie

Eckart Völger  
MSc Psychotherapeutische Psychologie  
Eidgen. anerkannter Psychotherapeut

CH-8400 Winterthur | Wartstrasse 3  
+41 76 605 01 87

D-78315 Radolfzell | Ratoldusstasse 41  
+49 7732 258 22 40

[hallo@eckart-voelger.de](mailto:hallo@eckart-voelger.de)

[www.eckart-voelger.de](http://www.eckart-voelger.de)