

# Justine WINKLHOFER



5424 Bad Vigaun, Langgasse 55a, Österreich  
**Tel.:** +43 664 42 19 633  
**E-Mail:** justine.winklhofer@cablelink.at

Ich bin Lebens und Sozialberaterin mit folgenden Schwerpunkten:

## **Stressmanagement**

**und Burnout Prävention:** Der Auftrag in der Lebensberatung besteht darin, ausschließlich mit den gesunden Anteilen zu arbeiten, welche oft tief verschüttet sind und wieder entdeckt werden sollen.

## **Trauerarbeitung:**

Ich begleite Menschen auf ihren schwierigen Weg und helfe ihnen den Verlust zu akzeptieren, um gestärkt und lebensbejahend wieder nach vorne blicken zu können.

## **Persönlichkeitsentwicklung:**

Bei einer persönlichen Beratung wird meinen Klienten die Sinnfindung des Lebens aufgezeigt. Weiters wird durch verschiedene Methoden der Selbstwert gestärkt.

*„Gibt es etwas, das dich bedrückt?  
Behalte deinen Kummer nicht für dich,  
sondern sprich darüber.  
Dann geht es dir gleich besser“*

Gerne biete ich auch bei Bedarf meine Beratungen in Freilassing an. Je nach Wunsch können Beratungen auch in der freien Natur, zum Beispiel bei einem Spaziergang stattfinden.

Ich freue mich, wenn ich sie bei ihrem Anliegen unterstützen darf.

  
Justine Winklhofer