



# Herz & Kopf

Isabella Pitzl

.....

Beratung | Coaching | Seminare

# Jugendliche & junge Erwachsene

Entscheidungen - Konflikte - Selbstfindung

Kennst du Gedanken, wie: „Mach ich das für mich, oder nur weil ich denke, dass ich muss? Wann bin ich endlich gut genug? Was stimmt mit mir nicht? Woher weiß ich, was ich will? Wofür soll ich mich nur entscheiden? Warum traue ich mich nicht? Warum können das alle, nur ich nicht? Wie kann ich meine Grenzen zeigen und schützen?“

## Mit Herz & Kopf...

- ...Konflikte lösen (Eltern, Schule, Arbeit)
- ...Selbstbewusstsein & Selbstwert stärken
- ...das Leben individuell gestalten
- ...Klarheit schaffen
- ...echt leben

# werdende & junge Mütter

Unsicherheit - Individualität - Überforderung

Kennst du Gedanken, wie: „Bin ich gut genug? Welche Mama möchte ich sein? Wo habe ich noch Platz? Was braucht mein Kind wirklich? Was ist wirklich wichtig? Was ist mir wichtig? Wieso können das alle anderen, nur ich nicht? Wie kann ich mit den ungefragten Meinungen anderer umgehen? Wie kann ich festgefahrene Muster aufbrechen?“

## Mit Herz & Kopf...

- ...durch die Veränderung
- ...zu deinem individuellen Mama-Sein
  - ...du selbst bleiben
  - ...Entlastung erleben
  - ...echt leben

# Eltern & Paare

Erziehung - Konflikte - Alltagsbewältigung

Kennt ihr Gedanken, wie: „Wo haben wir noch Platz? Wieso reden wir immer aneinander vorbei? Arbeitsteilung - was ist fair? Wieso haben wir immer denselben Streit? Wie kommen wir wieder aus dem Alltagstrott raus? Wie können wir unser Kind unterstützen? Wie sollen wir mit dem Verhalten unseres Kindes umgehen?

## Mit Herz & Kopf...


- ...Beziehung individuell gestalten
- ...Erziehungsherausforderungen bewältigen
  - ...einander verstehen
  - ...Konflikte lösen
  - ...echt leben


# Aktuelle Seminare


siehe [www.herzundkopf.at](http://www.herzundkopf.at)



## Kontakt

 Therapiestützpunkt  
Oberndorferstraße Str. 17  
3251 Purgstall

 +43 677 64367257

 [www.herzundkopf.at](http://www.herzundkopf.at)

 [info@herzundkopf.at](mailto:info@herzundkopf.at)

## Isabella Pitzl

dipl. Elternbildnerin  
dipl. Elementarpädagogin  
dipl. Lebens- und Sozialberaterin



Herz & Kopf  
Isabella Pitzl

Meine Mission:  
Menschen individuell  
begleiten, das  
Leben bewusst und  
echt zu gestalten

## Mein Angebot

Seminare zu  
Persönlichkeitsentwicklung und  
Elternbildung

psychologische  
Beratung & Coaching (LSB)  
vor Ort, online oder  
als Walk-and-Talk

kostenloses Erstgespräch  
Einzelsetting: 80€  
Mehrpersonensetting: 120€