

Steps into Freedom

Begleitung beim Ausstieg aus toxischen Beziehungen



Toxische Beziehungen sind leidvoll und wirken genau wie ein **Gift**: sie schwächen immer mehr, und sind manchmal schwer erkennbar, weil die schädliche Dynamik sich schleichend und schrittweise etabliert. Wie bei Gift, gibt es zudem verschiedene Arten.

Hast du die Vermutung in einer oder mehreren toxischen Konstellationen zu sein?

Falls Ja: Der Moment, wo du es erkennst, bringt die Chance für einen grossen **Wendepunkt!** Nun kannst du das Verhalten und die Manipulations-Taktiken des anderen besser durchschauen. Und vor allem: Jetzt kannst du bewusst eigene **Entwicklungsschritte** gehen – innere und äussere. Damit gewinnst du deine Power zurück, kommst wieder zu dir selber, wirst auf eine tiefe Art stärker und freier, und findest deine eigene Autorität und Mitte – sogar mehr denn je zuvor!

Die Begleitung ***Steps into Freedom*** ermöglicht dir:

1. Erkennen, ob du eine toxische Beziehung erlebst, und verstehen welche Mechanismen ablaufen
2. Die konkreten Möglichkeiten zum Ausstieg aus deiner individuellen Beziehungsdynamik erkennen
3. Vor allem: Innere und äussere Entwicklungs-Schritte gehen, die dich in deine Freiheit und deine persönliche Stärke und Autorität zurückbringen

Das Paket ist in drei Varianten erhältlich. Welches davon für dich passt, können wir am kostenfreien Kennenlern-Gespräch herausfinden. Du kannst auch in Nachhinein «upgraden».

Zur Auswahl stehen drei Pauschal-Pakete:

Steps to Freedom 1

- Grundlagen-Information
- 5 Coaching-Sessions (je max. 90 min)
- 1350 chf

Steps to Freedom 2

- Grundlagen-Information
- 10 Coaching-Sessions (je max. 90 min)
- 2500 chf

Steps to Freedom 3

- Grundlagen-Information
- 15 Coaching-Sessions (je max. 90 min)
- 3500 chf

Gerne kannst du dich für ein kostenfreies Kennenlern-Gespräch melden. Dort tauschen wir uns aus und können deine persönlichen Bedürfnisse klären.

Kontakt:

Barbara Valeh
Plaz 12
7556 Ramosch

Telefon: 076 558 97 72
E-Mail: info@barbara-valeh.com

Adresse Praxisraum Zürich (ca. 1x monatlich dort verfügbar)

Seestrasse 561, 8038 Zürich

Herzlich und auf bald!

Barbara

