

## *Yvonne Bamert*

www.yvonnebamert.ch  
mail@yvonnebamert.ch  
+41 55 556 88 99

Praxis Pfäffikon/Postadresse  
Churerstrasse 104  
CH-8808 Pfäffikon

Praxis Zürich  
Minervastrasse 2  
CH-8032 Zürich

### Psychologische Beratung für Kinder und ihre Eltern, Jugendliche, Erwachsene

Wie kann ich meinem Kind dabei helfen, seine Ängste zu überwinden und sein Selbstwertgefühl zu stärken? Wie gehe ich mit Stress um? Wie finde ich Freunde? Wie meistere ich die aktuelle Krisensituation? Wem kann ich meine Schwierigkeiten offenlegen? Wie finde ich mein Gleichgewicht wieder? Wie soll ich mich entscheiden und wie meine Ziele erreichen?

Jeder Lebensweg hält Herausforderungen, Sorgen und Wendepunkte bereit – Psychologische Beratung zeigt Wege auf. Ich begleite Menschen dabei, Probleme zu klären, Lösungen zu finden und mutig weiterzugehen.

Gerne beantworte ich Ihre weiteren Fragen. Kontaktieren Sie mich mit Ihren Anliegen telefonisch oder per E-Mail.

#### Für wen?

- Kinder, Jugendliche, Eltern, Erwachsene

#### Themen

- mit emotionalen Belastungen klarkommen
- Krisen bewältigen
- mit Konflikten, Ängsten oder Stresssituationen umgehen lernen
- Beziehungen klären
- Erziehung reflektieren
- das Selbstwertgefühl stärken
- neue Perspektiven finden

#### Mittel

- Ziele im Dialog erarbeiten
- Ressourcen entdecken
- Veränderungsprozesse unterstützen
- spielerische und kreative Methoden nutzen
- Bezugspersonen nach Bedarf einbeziehen

#### Modalitäten

- Die Beratung ist vertraulich.
- Kosten: Fr. 160.- für Einzelpersonen (50 Min.) , Fr. 240.- für Familien (90 Min.)