



Hallo, ich bin Anke Klüner,

Heilpraktikerin für Psychotherapie, Coach und psychologische Beraterin.

Ich bin niedergelassen in eigener Praxis in Hamm-Heessen tätig, verheiratet und Mutter eines erwachsenen Sohnes.

Neben meiner beruflichen Ausbildung und Erfahrung ist das stärkste Fundament meiner Arbeit die eigene Lebenserfahrung. Ich habe selbst einige persönliche und berufliche Veränderungsprozesse durchlaufen. Diese Prozesse haben dazu geführt, dass ich meinem Leben eine positive Neuausrichtung geben konnte.

MEINE AUSBILDUNGEN

- 03.2014 LFT (Lösungsfokussierte Therapie)
- 11.2014 Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Erlaubnis zur Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz, erteilt durch das Gesundheitsamt Dortmund
- 12.2016 Ausbildung bei der Telefonseelsorge,
seitdem ehrenamtlich tätig
- 01.2020 NLP Practitioner DVNLP
- 04.2021 NLP Master DVNLP
- 04.2022 Burnout- und Stresspräventionsberater
(Seminarleiterin)
- 05.2022 Entspannungstherapeutin
- 05.2022 Kursleiterin für Progressive Muskelrelaxation
nach Jacobsen

ANFAHRT

Die Praxis befindet sich im Ortsteil Hamm-Heessen, in der bereits bestehenden Ergotherapie-Praxis Jürgen Mertens. Sie liegt im Erdgeschoss und verfügt über einen barrierefreien Zugang.

Parkplätze befinden sich direkt vor dem Haus. Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist über die Buslinien 4 / 6 / 12 möglich. Die Haltestelle „Heessener Markt“ liegt direkt vor dem Haus.



HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE

Heessener Markt 12 · 59073 Hamm

Telefon (0 23 81) 995 43 39

TeleFax (0 23 81) 995 43 40

E-Mail info@anke-kluener.de

www.anke-kluener.de

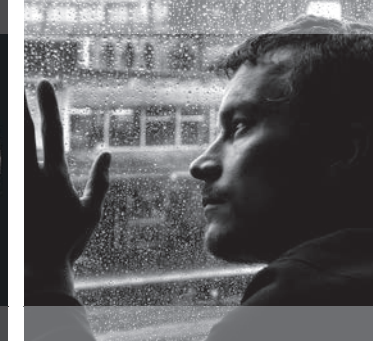
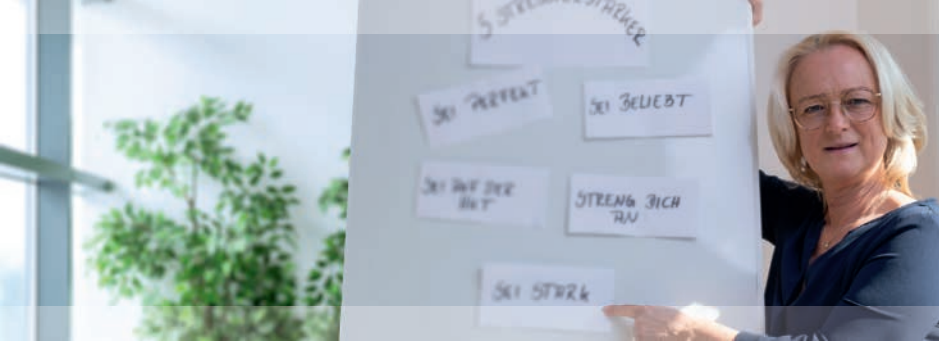


www.grafik-werk.de · Hamm



„Stressbewältigung ist erlernbar.“

- Anke Klüner -



STRESSMANAGEMENT UND BURNOUT-PRÄVENTION AM ARBEITSPLATZ

Im Rahmen der Fürsorgepflicht (§ 618 Bürgerliches Gesetzbuch) sind Arbeitgeber verpflichtet, für die Sicherheit und den Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz ihrer Mitarbeiter*innen zu sorgen. Hierzu gehört in erster Linie, dass sie schon **in einem möglichst frühen Stadium** alle Unfall- und Gesundheitsgefahren – und dazu gehören auch **Stress und Burnout** – erkennen und beseitigen.

Stress im Job und im Privatleben ist heute fast für jeden an der Tagesordnung.

Mir geht es in meinen Seminaren darum, stresserzeugende Verhaltensmuster zu erkennen, Stressverhalten bewusst zu machen und damit eine **bessere Stressbewältigung** zu verankern.

WARUM SOLLTEN SIE IN DIE GESUNDHEIT IHRER MITARBEITER*INNEN INVESTIEREN?

- Gesunde Mitarbeiter*innen verursachen **weniger Ausfallzeiten**.
- Die Verbesserung der **Mitarbeiterzufriedenheit** wirkt positiv auf die Betriebsloyalität und die Leistung.
- **Personalbindung**: Es ist eine gute Investition, für das Wohlbefinden Ihrer Angestellten zu sorgen.
- Die Maßnahmen zur Gesundheitsvorsorge stärken das **Image Ihres Unternehmens**.

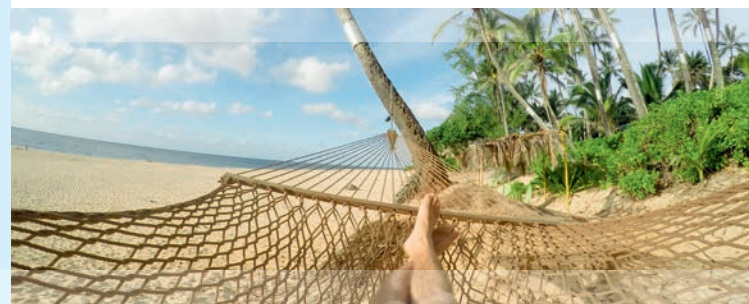
ENTSPANNUNGSVERFAHREN

In unserer häufig reizüberfluteten Umwelt stellen Entspannungskonzepte einen sehr wichtigen Aspekt zum **Stressabbau** dar. **Körperliche und seelische Entspannung** führt zu einer **tiefgreifenden Regeneration** des Körper-Geist-Systems, regt die **Selbstheilungskräfte** an, stärkt das **Immunsystem** und bewirkt so eine Reihe positiver Veränderungen im allgemeinen Befinden.

Als Entspannungstherapeutin biete ich in meinen Kursen neben Progressiver Muskelentspannung Methoden an, mit denen Ihre Mitarbeiter*innen lernen, sich besser zu entspannen und so einen **Ausgleich zum stressigen Alltag zu schaffen**.

Die Kurse können als Tages-, Halbtagesseminare oder auch in mehreren Blöcken für jeweils 1,5 – 2 Stunden stattfinden.

Sprechen Sie mich einfach an. Ich erarbeite gemeinsam mit Ihnen ein Angebot – genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.



PSYCHOLOGISCHE NOTFALLSPRECHSTUNDE

Es gibt Mitarbeiter*innen, die sich in einem **seelischen Notstand** befinden und **dringend psychotherapeutische Hilfe** benötigen. Bedauerlicherweise sind die Wartezeiten auf einen Therapieplatz sehr lang. Zudem wächst der Therapiebedarf zusätzlich enorm durch die Covid-19 Pandemie. Die Einschränkungen führen in der Bevölkerung zur Zunahme an Angsterkrankungen und Depressionen.

Doch oftmals ist schnelle Hilfe von großer Bedeutung für die Genesung und die Dauer der Erkrankung. Psychische Erkrankungen gehören statistisch zu den längsten Erkrankungen.

Für diese Mitarbeiter*innen biete ich Unternehmen kurzfristig eine **psychologische Notfallsprechstunde mit Einzelgesprächen** an, um lange Wartezeiten auf einen Therapieplatz bei einem Psychotherapeuten mit Kassenzulassung zu überbrücken. Allein diese Maßnahme kann vor einer weiteren Verschlechterung des psychischen Gesundheitszustandes schützen.

„Wer die Perspektive ändert,
sieht die Dinge in einem anderen Licht.“

– Karl Friedrich Schinkel –