

# gestresst? überfordert?

COACHING FÜR MÜTTER



# Raus aus der Überforderung! Rein in mehr Leichtigkeit!

Als Mutter jonglieren Sie viele Aufgaben gleichzeitig – doch die unsichtbare Last, die ständige Verantwortung und das Gefühl, alles allein bewältigen zu müssen, können zu Überforderung und Isolation führen. In meinem Coaching helfe ich Ihnen, diese Last abzulegen, den Alltag besser zu strukturieren und mehr Zeit für sich selbst zu finden

## Interesse?

**Melden Sie sich gerne allein oder in einer kleinen Gruppe von 5 Personen bei mir!**

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Anna Hennig (Wirtschaftspsychologin, M. Sc.)

*Anna Hennig*

[kontakt@hennig-wirtschaftspsychologie.de](mailto:kontakt@hennig-wirtschaftspsychologie.de)

[www.hennig-wirtschaftspsychologie.de](http://www.hennig-wirtschaftspsychologie.de)