

## Coaching statt Therapie bei Ängsten bis Burnout

Veröffentlicht am: 17.06.2010, 11:58

Pressemitteilung von: **LifeB Consulting // Dirk-Oliver Lange**

Hamburg, 17. Juni 2010. Das Hamburger Beratungsunternehmen LifeB Consulting bietet durch spezielles Coaching eine erfolgreiche Alternative zur Therapie bei Erschöpfungszuständen, Ängsten und Burnout. Wenn Betroffene erkennen, dass sie ihre derzeitige Situation ohne professionelle Hilfe nicht verändern können, beginnt die Suche nach dem richtigen Experten. Für viele ist der erste Gang zu Hausarzt die richtige Wahl, um durch eine Blutuntersuchung Gewissheit über den organischen Zustand des Körpers zu erhalten. Sollten die Ergebnisse ohne Befund sein, werden die Patienten an Fachkollegen oder Therapeuten verwiesen. Immer mehr Betroffene wählen für Ihre Betreuung ein Coaching. Welche Gedanken machen sich Betroffene und welche Ansprüche haben sie bei der Wahl des Experten? Diese Frage hat sich das Unternehmen LifeB Consulting gestellt und ihr erfolgreiches 4-Säulen-Programm entwickelt. Die häufigste Aussage von Betroffenen war der Wunsch nach Empathie zwischen sich und ihrem Berater. Viele haben regelrecht Angst vor der Hilfe die sie bekommen werden. Sich zu öffnen und vor allem sich Schwäche einzugestehen ist für Betroffene oft ein unüberwindbares Hindernis. Erst wenn es zu einem körperlichen Zusammenbruch kommt wird Hilfe angenommen. Was aber tun, wenn man sich in einem Akutzustand befindet und ein Termin beim Mediziner oder Therapeuten erst in Wochen möglich ist? Einer der Ansatzpunkte von LifeB bei Notfällen innerhalb von 72 Stunden einen Beratungstermin zu vereinbaren. Ein Coaching kann als Alternative oder als Ergänzung genutzt werden. Die Vorteile liegen in der Betreuung der Klienten an einem Ort ihrer Wahl. Gerade bei Klienten die aus Angst ihren Wohnraum nicht mehr verlassen hilft der Coach, diese Ängste abzubauen und den Klienten wieder "mobil" zu machen. Die Methodik des Verhaltens-Coaching begleitet die Klienten in ihrem Alltag. "Ängste werden durch Konfrontation reguliert," erklärt der Geschäftsführer Dirk-Oliver Lange. Nach einer intensiven Bewusstseinsweiterung werden Klienten in den für sie mit angsterfüllten Aufgaben begleitet. Ob Furcht einen Supermarkt zu betreten bis zur Flugangst, der Coach ist stets zur Unterstützung dabei - gehen müssen die Klienten jedoch ihren Weg immer selbst. Diese intensive Betreuung der Klienten ist das Erfolgsgeheimnis des Unternehmens. Die Klienten haben einen Ansprechpartner der aufgrund einer 24-Stunden-Notfallservice-Nummer Sicherheit vermittelt. Die Dauer des Coaching wird der aktuellen Verfassung des Klienten angepasst. Daher ist die 30-Tage Intensivbetreuung, in der Klienten so viel Hilfe in Anspruch nehmen können wie notwendig, ein durchdachtes Angebot. Positiv zu erwähnen ist die Gesamtbetreuung in den Bereichen Life-Balance, Bewegung, Ernährung und Entspannung. Aber warum entscheiden sich Klienten für ein Coaching statt einer Therapie? Die Antworten sind eindeutig: Die intensive Betreuung und Diskretion für ihre Situation in ihrem Umfeld. Aber wie sieht es mit den Kosten aus? Ein Coaching richtet sich an Selbstzahler und wird nicht über Krankenkassen abgerechnet. Eine Entscheidung dessen sich die Klienten jedoch bewusst sind. Weitere Informationen gibt es im Internet unter "<http://www.lifeb.de>" oder telefonisch bei LifeB Consulting unter der Rufnummer +49(0)40-350 71 40 80. Pressekontakt: LifeB | communications Dirk-Oliver Lange Postfach 60 52 67 | 22247 Hamburg Fon +49 (0)40-350 71 40 80 | Fax +49 (0)40-350 07 94 95 mailto: [communications@lifeb.de](mailto:communications@lifeb.de) | <http://www.lifeb.de> Unternehmensinformation: Branchenunabhängig und mit über 10-jähriger Erfahrung ist LifeB Consulting spezialisiert auf Life Balance Consulting für Privatpersonen und Unternehmen. Coaching und Betreuung sind zielgerichtet auf den Menschen, unabhängig von seiner beruflichen Position. Daher zählen zu den Klienten neben Managern, Unternehmern, Führungskräften, Selbständigen, Sportlern oder Künstlern (Artist und Actors Coaching) auch junge Erwachsene und Klienten, die in keiner Führungsposition tätig sind. Der Focus des Unternehmens liegt auf der Prävention und Betreuung von Ängsten, Erschöpfungszuständen, Depressionen, Burnout oder Boreout, um die nötige Balance zwischen Anspannung und Entspannung wieder herzustellen. Ein weiteres und

zukunftsorientiertes Tätigkeitsfeld ist das Coaching von Gästen auf FitWell-Reisen. Hierbei handelt es sich um Premium Gesundheitsreisen für gehobene Ansprüche, als optimale Verbindung von Urlaub und Prävention.

---

## Pressekontakt

Herr Dirk-Oliver Lange  
Geschäftsführer und PR-Beauftragter

### LifeB Consulting

Gertigstrasse 48  
22303 Hamburg, Deutschland

Telefon: 040-76393749  
E-Mail: [communications@lifeb.de](mailto:communications@lifeb.de)  
Website: [www.lifeb.de](http://www.lifeb.de)

### Firmenportrait

Branchenunabhängig und mit über 10-jähriger Erfahrung ist LifeB Consulting spezialisiert auf Life Balance Consulting für Privatpersonen und Unternehmen. Coaching und Betreuung sind zielgerichtet auf den Menschen, unabhängig von seiner beruflichen Position. Daher zählen zu den Klienten neben Managern, Unternehmern, Führungskräften, Selbständigen, Sportlern oder Künstler (Artist und Actors Coaching) auch junge Erwachsene und Klienten, die in keiner Führungsposition tätig sind. Der Focus des Unternehmens liegt auf der Prävention und Betreuung von Ängsten, Erschöpfungszuständen, Depressionen, Burnout oder Boreout, um die nötige Balance zwischen Anspannung und Entspannung wieder herzustellen.

### Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Portal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Portal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: [www.trendkraft.de/haftungsausschluss](http://www.trendkraft.de/haftungsausschluss)