

Ich bin 1951 im Saarland geboren, verheiratet und habe eine inzwischen erwachsene Tochter. Seit 23 Jahren bin ich als Dozentin in der Erwachsenenbildung sowie in eigener Praxis tätig. Ich leite Seminare für Angstbetroffene und Kurse für Atem- und Körpertherapie, Entspannung, Stressbewältigung, Kommunikation und Interkulturelle Kompetenz. Darüber hinaus biete ich in Einzelarbeit Gesprächs- und Focusingtherapie sowie Coaching an.



### **Ausbildung:**

- Gesprächs- und Focusingtherapeutin (Institut für Gesprächs- und Focusingtherapie, IGF)
- Erteilung der Erlaubnis zur berufsmäßigen Ausübung der Heilkunde auf dem Gebiet der Psychotherapie durch das Gesundheitsamt München
- NLP-Practitioner (Deutscher Verband für Neurolinguistisches Programmieren, DVNLP)
- Gesundheitsbildnerin (VHS)
- Atem- und Entspannungspädagogin
- Trainerin und Ausbilderin für Interkulturelle Kompetenz (VHS)
- Geburtsvorbereiterin (Gesellschaft für Geburtsvorbereitung, GFG)

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- Angst und Panik
- Depressive Verstimmungen
- Stressbewältigung
- Selbstwertproblematiken und Kontaktschwierigkeiten
- Burnout- und Boreout-Syndrom
- Psychosomatische Beschwerden
- Berufliche Schwierigkeiten und Neuorientierung
- Entscheidungsschwierigkeiten

**Mitglied im Berufsverband der Therapeuten für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz e. V. / BVP (HPG\*) e. V.**

---

### **elanspontan – sein oder ichsein**

Inhaberin: Vera Besl | Post: Prinz-Eugen-Straße 6, 80804 München

Fon: +49 (0)89 3007159 | Mobil: +49 (0)170 6829472

Mail: vera.besl@elanspontan.com | Netz: www.elanspontan.com