

Ich? Oder wer?

Bist du das: Genervt, gestresst, bedrückt, finster, überfordert, suchtgeplagt, hektisch, muffig, unkonzentriert, planlos, ... usw.? Ja? Nein? Teilweise?

Stell' dir vor, es gäbe ein Ich in dir, das immer da ist, liebevoll, hell, zugewandt und integer, mit innerem Kompass, voll fokussiert und doch flexibel! Stell' dir vor, dieses Ich wäre immer in deiner Mitte, aber du hättest gelernt, es zu ignorieren, weil es kindisch ist? Ja, genau: Fast alle Kinder bis ca. 3 Jahre sind so. Du warst einmal so. Was ist passiert?

Einen Weg zurück gibt es nicht. Aber einen nach vorne, der dieses leuchtende, wunderbare Ich in dir wieder zum Leben erweckt, angereichert von all' deinen Lebenserfahrungen.

Auf diesem Weg kann ich dir helfen, wenn du magst. Ich lade dich ein in die Psycho-Ecke in meinem therapeutischen Atelier in den Bunten Räumen in Lübeck, wo wir im Gespräch, aber auch mit Sprache, Farbe und Bewegungen auf Entdeckungsreise gehen. Oder ich komme für Beratungen und Gespräche zu dir nach Hause, wenn dir das mehr liegt.

Ich höre ich zu, stelle Fragen, helfe einordnen, rege an. Nicht mehr und nicht weniger. Vielleicht kannst du dann irgendwann erleben, dass du mehr bist als du meinstest. Viel mehr!

Meine Angebote:

- Psychologische und systemische Beratung (auch Familien und Organisationen)
- Burnoutprävention
- Entspannungstherapie
- Psychotherapie (Heilpraktiker)

Meine Methoden:

- das biografische Gespräch
- Erstellen von Biogrammen, biografisches Schreiben
- „Ich spreche MICH aus!“ (Selbstwertstärkendes Sprech- und Sprachtraining)
- Strukturiertes Selbst-Beobachten (SSB)
- Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)
- u.a.



Über mich:

Mein Name ist Markus Schmidt, geboren 1959, Heilpraktiker für Psychotherapie, psychologischer und systemischer Berater und Entspannungslehrer. Zusammen mit meiner Frau Ruth Benner-Schmidt habe ich im Harz eine sozialpädagogische Einrichtung für psychisch schwerst beeinträchtigte junge Menschen aufgebaut und geleitet. 2024 sind wir nach Lübeck gezogen und haben die gemeinnützige Firma evolio gUG gegründet.

☎ 0172 327 66 54

(auch WhatsApp, Signal, SMS)
markus@evolio.info

Was kostet das?

Grundsätzlich möchten wir unsere Leistungen für die Empfänger:innen kostenlos anbieten. Das können wir dann, wenn es genügend Menschen und Institutionen gibt, die grundständig unsere Arbeit durch Zuwendungen fördern. Bis dahin sind wir auf freiwillige Beiträge zu unserer Kostendeckung angewiesen. Dafür gelten die folgenden Richtsätze:

- Einzelsitzung 50 Minuten: 50 Euro
- Paarberatung 50 Minuten: 60 Euro
- Familienberatung ab 3 Pers. 75 Minuten: 30 Euro/Person
- Gruppenarbeit (ab 5 Teilnehmende) 50 Minuten: 15 Euro/Person
- Systemische Beratung in Organisationen: n.V.

Die Richtsätze sind verhandelbar.

Höhere Zuwendungen nehmen wir dankbar an. Damit wird es Menschen, die wirtschaftlich schlechter gestellt sind, ermöglicht, ebenfalls unsere Leistungen in Anspruch zu nehmen.

Unser kleiner Träger evolio gUG ist gemeinnützig. Das bedeutet: Wir arbeiten nicht gewinnorientiert und unsere Leistungen dienen gemeinnützigen Zwecken, die vom Finanzamt anerkannt sind. Spenden an uns sind steuerlich absetzbar. Die anerkannten Zwecke sind: Gesundheitspflege, Jugend- und Altenhilfe, Behindertenhilfe, Erziehung, Volks- und Berufsbildung.

Kontoverbindung evolio gUG (haftungsbeschränkt),
IBAN DE42 4306 0967 1397 6686 00.

Gerne auch per E-Mail an praxis@evolio.info

Absender:

(Vorname)

(Nachname)

(Straße, Hausnummer)

(PLZ, Ort)

(Telefon)

(E-Mail-Adresse)

An
evolio gUG (haftungsbeschränkt)
- Stichwort „Schmidt's Psycho-Ecke“
Romintenweg 8
23569 Lübeck

Meine Unterstützung für die gemeinnützige Arbeit:

Das kann ich anbieten:

☐ Eine laufende Spende über
..... Euro monatlich (das hilft uns am
meisten, weil wir laufende Kosten zu decken
haben!)

☐ Eine einmalige Spende über
..... Euro (Konto siehe folgende Seite)

Das benötige ich:

☐ z.B. Einzelberatung, Paarberatung,
Familienberatung, Entspannungsanleitung,
Psychotherapie (Heilpraktiker)

.....

.....

.....

.....

Schmidt's Psycho-Ecke ist ein Projekt der
gemeinnützigen evoluo gUG.

Unsere Kosten (auch die für unseren Lebensunterhalt!)
decken wir durch Spenden und Zuwendungen. Dafür
brauchen wir deine Hilfe, auch wenn du unsere
Leistungen nicht direkt in Anspruch nimmst. Kannst du
etwas spenden? Kennst du jemanden, der das vielleicht
kann? Spenden an uns sind steuerlich abzugsfähig!

Dadurch können wir auch Menschen unterstützen, die
finanziell schlechter gestellt sind!
Herzlichen Dank!

Konto: evoluo gUG (haftungsbeschränkt)
IBAN DE42 4306 0967 1397 6686 00

Weitere Angebote von evoluo:

- Chiara! Häusliche Hilfen - Pflege,
Alltagsbegleitung, Eurythmie
- Hannes! - Café, Begegnung & mehr
- Mensch! - der Veranstaltungskalender für
Einrichtungen auf anthroposophischer Grundlage
im Raum Lübeck

<https://www.evoluo.info>



Ein Projekt von
evoluo gemeinnützige UG
(haftungsbeschränkt)
Romintenweg 8, 23569 Lübeck

Schmidt's *Psycho-Ecke*



**Psychotherapie (Heilpraktiker),
systemische Beratung,
Entspannungstherapie,
Burnoutprävention**

Markus Schmidt
Tel. 0172 3276654
markus@evoluo.info
praxis.evoluo.info

