

Ihre Arbeitspsychologin ist für Sie da:



Mag.ª Elke Müller-Soukup

Arbeits und Organisationspsychologin, Klinische und Gesundheitspsychologin, Notfallpsychologin

Arnezhoferstrasse 4/2
1020 Wien

0650 96 54 130
e.mueller-soukup@health-consult.at

Ihre Arbeitspsychologin steht Ihnen auch bei Gesundheitspsychologischen Themen zur Seite:

Bewegungsverhalten und Essverhalten haben sich in Zeiten der Pandemie bei vielen Menschen zum Teil erheblich verändert. Meist in eine Richtung verändert mit der man eigentlich nicht sehr zufrieden ist. Es ist jedoch nicht einfach dieser Spirale wieder zu entkommen.

Ich berate Sie gerne bezüglich ernährungspsychologischer Aspekte (z.B. welcher Eßtyp bin ich, wie kann ich meinen veränderten Ernährungsgewohnheiten begegnen,.....?)

Dazu können diese Beratungsgespräche wahlweise auch im Gehen abgehalten werden. Da man sich ja zur Zeit möglichst oft in den eigenen vier Wänden aufhalten soll, kommt die Bewegung meistens zu kurz.

Beim Gehen im Freien bietet sich besonders jetzt eine gute Möglichkeit ein Gespräch zu führen und gleichzeitig in Bewegung zu bleiben.

Durch psychologische Interventionen im Gehen wird sowohl die mentale als auch die leibliche Gesundheit gefördert.

Die arbeits- und gesundheitspsychologische Beratung ist anonym und unterliegt der gesetzlichen Verschwiegenheitspflicht. Die Kosten für die Beratung übernimmt der Betrieb.

Mag.ª Elke Müller-Soukup

Die Beratungsgespräche finden zurzeit telefonisch/online/im Gehen oder in der Praxis Arnezhoferstrasse 4 statt.

Für telefonische Terminvereinbarung: Tel: 0650 - 96 54 130