



Nicola Mehringer

Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPrG)

### Über mich:

Ich bin von Natur aus neugierig.  
Mein Interesse an Menschen, ihren Schicksalen und die damit verbundenen psychologischen Zusammenhänge haben mich zu meinem Beruf gebracht.  
Diesen übe ich mit Leidenschaft aus.

Für fortwährende Lernprozesse und ein kunterbuntes Leben sorgt mein Sohn Elias Leander.

Gerne biete ich meine Sitzungen auch in italienischer Sprache an.

Neue

Lebensfreude

beginnt mit

Reflexion

Praxis für Psychotherapie (nach dem Heilpraktikergesetz)

NICOLA MEHRINGER

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Albert-Einstein-Str. 8 a, in der Erdinger Praxisgemeinschaft  
85435 Erding

Tel. 0 81 22 / 41 59 86 6

Email: [info@mehringer-psychotherapie.de](mailto:info@mehringer-psychotherapie.de)

Web: [www.mehringer-psychotherapie.de](http://www.mehringer-psychotherapie.de)

Termine nach Vereinbarung

**Die Kraft ist in dir. Nutze sie.**

## Lerne dich selbst zu lieben.

Selbstliebe ist der Schlüssel zu einem erfüllten Leben. Wer mit sich selbst im Reinen ist, wer seine Balance gefunden hat und auch seine Schwächen akzeptiert, der ist wirklich stark.

Stress im Beruf, Überforderung in der Familie, Reizüberflutung im hektischen Alltag oder Zwänge und Konflikte in Beziehungen und in unserem sozialen Umfeld bringen uns aus dem Gleichgewicht. Das macht uns unglücklich. Und ungelöste Stressoren machen uns auf Dauer krank.

Je länger dieser Zustand anhält, desto belastender empfinden wir ihn. Sich aus diesem Tief selbst zu befreien, ist vielen Menschen nicht möglich. Sie benötigen professionelle, therapeutische Hilfe. Das ist keine Schwäche, sondern ein erster, mutiger und verantwortungsvoller Schritt auf dem Weg zu neuer Lebensqualität.

Das Bundesgesundheitsministerium schätzt, dass vier Millionen Deutsche von einer Depression betroffen sind und gut zehn Millionen Menschen bis zum 65. Lebensjahr eine Depression erlitten haben.

## Zu zweit geht vieles leichter.

Mithilfe ausgewählter, therapeutischer Ansätze können wir uns gemeinsam auf den Weg machen, traumatische Erlebnisse und Unbewusstes aufzuspüren, Muster und innerseelische Konflikte zu erkennen und Blockaden zu lösen.

Sie können schrittweise ein besseres Verständnis für Ihre angelegten Potenziale und die eigene Persönlichkeit entwickeln und so neue Lebensfreude und Stabilität gewinnen.

Als Therapeutin lasse ich in meiner Arbeit tiefenpsychologisch fundierte und systemisch orientierte Psychologie, astrologisches Wissen und kinesiologische Arbeit harmonisch zusammenfließen und setze sie individuell für Sie ein.

### Meine therapeutischen Ansätze sind:

- Gesprächspsychotherapie
- Kinesiologische Sitzungen (nach Three in One Concepts)
- Verdeckte System-Imagination (VSI)
- Psychologische Astrologie

## Zu helfen, ist meine Berufung.

Bei folgenden Symptomen und Lebenssituationen kann ich Sie therapeutisch unterstützen und Ihnen helfen, Lösungen zu finden.

- Psychische und körperliche Störungen durch negativen (oder emotionalen) Stress
- Depressive Erkrankungen, Burn-out
- Essstörungen (Schwerpunkt Binge Eating; emotionales Essen)
- Ängste und Zwänge
- Kurzzeitige Krisenintervention bei Belastungs- oder Trauerreaktionen (z.B. als Folge von traumatischen Erlebnissen, Verlust und Trennung)
- Familien- und Beziehungsproblematiken
- Unterstützung bei psychosomatischen Störungen
- Persönliche Veränderungen und Weiterentwicklung
- Lebens- und Sinnkrisen

Lassen Sie uns in einem unverbindlichen Gespräch herausfinden, wie ich Sie auf Ihrem persönlichen Weg begleiten kann – gerne zuhause bei Ihnen oder in meiner Praxis.

“Wenn dir etwas widerstrebt und dich peinigt, so lass es wachsen; es bedeutet, dass du Wurzeln schlägst und dich wandelst.

Dein Leid bringt Segen, wenn es dir zur Geburt deiner selbst verhilft, denn keine Wahrheit offenbart sich dem Augenschein und läßt sich dadurch erlangen.”

*(Antoine de Saint-Exupéry, Die Stadt in der Wüste)*