

## Mein Profil

Dr. rer. medic. (Mediziner) Dipl.-Biol., Dipl.-Chem.,  
Psychologischer Berater, Gesundheitsexperte,  
Humortrainer, Humorexperte, Feel Good Manager

Über 20 Jahre Berufserfahrung im Bereich  
Medizin & Umwelt, Humor & Positive Psychologie

**humortrainer.de**  
Lachen & Humor gegen Stress

**Am Arbeitsplatz • Für Privat  
Für Mitarbeiter und Führungskräfte**

Psychologische Beratung  
Coaching • Workshops • Vorträge  
Betriebliches Gesundheitsmanagement



## Preise

- **Erstberatung / Anamnese (max. 50 Min.) € 60,-\***
- **Folgestunden (60 Min.) € 75,-\***
- **Einzelberatungsstunden** auf Anfrage.\*

alle Preise netto, zzgl. ges. Mehrwertsteuer;  
Preise: 03/2024

## Termine

Nur nach vorheriger telefonischer Vereinbarung  
oder online (E-Mail).

Eigene Praxis / Hausbesuche / Firmenbesuche/  
Online-Termine

## Kontakt

**Dr. rer. medic. Jürgen Niebuhr (Mediziner)**  
Dipl.-Biol., Dipl.-Chem., Psychologischer Berater,  
Humortrainer, Gesundheitsberater

Lerchenweg 5  
71686 Remseck



Tel.: 07146 / 281 84 77  
Handy: 0151 / 519 530 45  
E-Mail: info@humortrainer.de

[www.psychologischer-berater.org](http://www.psychologischer-berater.org)  
[www.humortrainer.de](http://www.humortrainer.de)

**Psychologischer Berater  
mit HUMOR**

**Begleitung von Menschen  
und Unternehmen  
in schwierigen Zeiten**



Dr. rer. medic.  
Jürgen Niebuhr  
(Mediziner)



## Angebote & Leistungen



- **Psychologische Beratung** (Einzelpersonen, Gruppen, Unternehmen) als Mediziner gerne auch in Zusammenarbeit mit niedergelassenen Arztpraxen in der Region Großraum Stuttgart und Ludwigsburg
- **Therapeutischer Humor & Humortraining**
- **Humorstrategien gegen Einsamkeit**
- **Depressionen, Burnout-Prävention**
- **Positive Psychologie (PERMA)**
- **Psychosoziale Gesundheit**
  - Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz / im Unternehmen
  - Betriebliches Gesundheitsmanagement
  - Positive Leadership / Positives Denken, Reden und Handeln
- **Beratung in wichtigen Lebensfragen (Coaching) mit Lachen und Humor**
- **Stressbewältigungstraining mit Humor**
  - Achtsamkeits- und Gelassenheitstraining
  - Charakterstärken Training
  - Flow / Flourishing (Positive Psychologie)
- **Humortraining Business**
- **Laughter Wellness Business**
  - Workshops Humor & Positive Psychologie
- **Vorträge / Impulsvorträge zu aktuellen Fragestellungen Humor & Glücks**

### Ausgangslage

Die permanente Reizüberflutung sowie steigende berufliche und private Anforderungen können chronischen Stress und Erschöpfung auslösen. Aufgrund unserer Neigung, Negatives stärker wahrzunehmen als Positives, ist es hilfreich, den Blick bewusst auf die positiven Dinge in Ihrem Leben zu lenken und die Wahrnehmung des Positiven dauerhaft zu stärken. Sie erlernen dies mit Humor und durch humorvolle, positive Emotionen.

### Lösung

Als psychologischer Berater begleite und unterstütze ich Mitarbeiter und Führungskräfte, Teams oder Unternehmen bei ihren individuellen Herausforderungen. Hierzu biete ich individuell auf ihre Bedürfnisse abgestimmte Grund-, Aufbau- oder Gesamtkurse an, die genau zu ihrem Wissensstand und Zielen passen.

**Ich freue mich auf Ihren Kontakt.**

## Mein Beratungsangebot für Arztpraxen

In einer Zeit voller Umbrüche und Unsicherheiten stehen viele Menschen vor Veränderungen in Beruf, Gesellschaft und Familie.

Schnell kann bei einer psychischen Belastung die Gesundheit in Mitleidenschaft geraten und es entsteht ein Gesprächsbedarf. In Ihrem Praxisalltag haben Sie schlichtweg zu wenig Zeit für diese Patienten.

An dieser Stelle setzt meine psychologische Beratung an, indem ich den Patienten zuhöre und sie in Bezug auf ihre Probleme, Sorgen und Ängste unterstütze, um gemeinsam einen Lösungsweg zu entwickeln.

Ich erfülle Ihr Bedürfnis nach professioneller Begleitung in Phasen der Neuorientierung oder der Anpassung an neue Gegebenheiten mit Humor, Leichtigkeit und einer gesunden Portion therapeutischem Optimismus.

