



Vorstellung Freysinn – systemische Beratung

von Natalie Eich



Über mich



Hallo, ich bin Natalie Eich, Gründerin von Freysinn – und Mitinhaberin einer Praxis in Porz. Meine Arbeit richtet sich besonders an Mütter, Schwangere & berufstätige Frauen – aber auch Menschen, die in ihrem Beruf oder Privatleben nach Veränderung suchen.

Ich habe mein Studium am Kölner Institut abgeschlossen und bin seitdem Mitglied des DGSF. Während meiner Tätigkeit im Marketing als Führungsperson, die ich bis zu meiner Elternzeit ausgeübt habe, habe ich immer wieder Kommunikationsschulungen gemacht und gemerkt, dass das Führen und Beraten von Menschen im Eigentlichen das ist, was mich in meiner täglichen Arbeit motiviert. Die Elternzeit habe ich daher als Anlass genommen, mich selbständig zu machen und meine eigene Praxis zu gründen. Bei meiner Arbeit geht es mir darum, Menschen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen zu begleiten. Dabei fokussiere ich mich auf Eltern, (werdende) Mamas und Arbeitnehmer:innen, sowie die Themen Selbstwert, Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Reflexion und eigene Grenzen.



Mein Angebot

Systemische Beratung mit Fokus auf Familie & Mamas

Begleitung in Zeiten der Veränderung – bei emotionaler Überlastung, Erschöpfung, Rollenfragen oder Unsicherheiten in der Elternschaft. Ein Raum, um dich zu sortieren, neue Perspektiven zu finden und gut für dich zu sorgen.

Für Eltern, die ihr
Miteinander stärken
und Wege zu mehr
Ruhe, Verbindung
und gegenseitigem
Verständnis finden
möchten, um in
ihrem System mehr
Stabilität und
Ausgeglichenheit
zu finden.



Mein Angebot

Einzelberatung

Für persönliche Themen wie Grenzen setzen lernen, Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Entscheidungsfindung und die innere Verbindung zu sich selbst.

Workshops & Impulsabende

In meinen Workshops und Impulsabenden biete ich Raum für gemeinsames Lernen, Austausch in einem vertrauensvollen Rahmen, Reflexion und Auszeiten vom Alltag.

Hier geht es darum, systemische Zusammenhänge zu verstehen, Erfahrungen zu teilen und alltagstaugliche Strategien mitzunehmen, die im Familienleben spürbar entlasten.



Kontakt



Freysinn -
systemische Beratung

Lösungen finden &
leicht fühlen.

In Familie und Beruf.



0176/21637957



natalie@frey-sinn.de



www.frey-sinn.de



@freysinnberatung



Rathausstraße 23, im kontinu:um, 51143 Köln

