

Das erwartet Sie

Der Methoden-Mix macht's

Neurolinguistisches Programmieren

Ist ein wirksames und wissenschaftlich gesichertes Konzept, das mit der subjektiven Wahrnehmung von Menschen arbeitet und hierüber Einfluss auf das Denken, Fühlen und Handeln nimmt.

Systemisches Coaching

Ist ein wissenschaftlich anerkanntes Verfahren, das unbewusste familiäre Bindungen und Verstrickungen aufspürt, die die freie Entfaltung der Persönlichkeit verhindern.

Katathym-imaginative Psychotherapie

Ist ein tiefenpsychologisch fundiertes Verfahren, das über Tagtraumreisen bzw. Bilderreisen den Kontakt mit unbewussten Themen und stärkenden Ressourcen herstellt.

EMDR

Steht für Eye Movement Desensitization and Reprocessing und ist ein wirksames und von der WHO weltweit anerkanntes Verfahren, das die Selbstheilungskräfte aktiviert. Mittels bilateraler Augenbewegung erfolgt die Neuverarbeitung traumatischer und belastender Erfahrungen und seiner Folgestörungen im Gehirn.

Energetisches Coaching

Ist ein körperorientierter Ansatz der Alternativmedizin. Die moderne Wissenschaft weiß, alles ist Energie. Genau wie unser physischer Körper kann der Energiekörper gestört und geschwächt sein. Dann ist es hilfreich, wenn unser Energiesystem stabil und frei von fremden Energien ist.

Reinkarnationstherapie

Ist eine Methode der Alternativheilkunde bei der eine angeleitete Rückführung stattfindet. Bei aktuellen psychischen und körperlichen Problemen, für die sich im heutigen Leben keine Ursache finden lassen, sucht sie nach Verstrickungen mit Traumata früherer Erdenleben.

Psychologische Homöopathie

Ist eine alternativmedizinische Behandlungsmethode. In seelischen Notlagen, wie Verlust von Menschen, Stress, Erschöpfung und Burnout, Ärger, Misserfolg und Mobbing, Depressionen, Ängste oder Liebeskummer, kann sie eine gute Hilfestellung sein und heilsame Impulse geben.

Ge(h)spräche im Grünen

Hier wird die wohltuende Wirkung der Natur mit einbezogen. Diese Zeit ist für Achtsamkeit, Entspannung und Körpererfahrung reserviert. Eine wirkungsvolle Mischung aus Naturbaden, Beratung sowie Geh-, Atem- und Wahrnehmungsübungen.

Einfach loslassen

Entspannen und bei sich selbst ankommen durch Fantasiereisen, Meditation, Körperwahrnehmung und Progressiver Muskelentspannung.