

### Wingwave-Coaching® für Streß- und Umbruchsituationen

Es handelt sich um ein Kurzzeits-Coaching-Konzept mit einer effektiven Kombination aus bereits bewährten psychologischen Elementen: EMDR, NLP und Kinesiologie. Sie fühlen sich durch die rasche Stabilisierung Ihrer inneren Balance schnell wieder energievoll, innerlich ruhig und konfliktstark.



### Familienaufstellung in Einzelsitzung

„Für eine glückliche Kindheit ist es nie zu spät“... Mit der „imaginativen Familienaufstellung“ ist es möglich, die Arbeit Bert Hellingers in einer weiterentwickelten Methode auch in einer Einzelsitzung ohne Beteiligung anderer Menschen als Stellvertreter durchzuführen.

### Begleitung beim Eltern „werden“ und „sein“.

Oft wird die neue Situation unterschätzt. Neben all den schönen Dingen können auch viele Fragen und Unsicherheiten auftauchen. Ich unterstütze hier durch Gruppenabende (Frauen/Männer/Paare) und biete für frischgebackene Eltern auch Vor-Ort-Coaching an.

### Biofeedback-Messung Aurafotografie

Diese Messung aus Naturheilkliniken erlaubt Einblicke zum Thema Vitalenergie, Blockaden & Potenziale. Wie gehen Sie mit sich selbst um, wie mit Ihren Mitmenschen? Wie werden Sie von anderen empfunden (Selbstbild/Fremdbild)? Die Messung ist eine gute Grundlage für alle, die an sich arbeiten möchten.

### Gesprächstherapie nach Carl Rogers

Die klientenzentrierte Gesprächstherapie lebt von der Empathie und unterstützt das Konzept von Selbstverwirklichung und Selbstaktualisierung. Ich möchte Sie therapeutisch begleiten, jedoch niemals in eine Abhängigkeit bringen.

### Herzratenvariabilitäts-Check zur Burnout-Prophylaxe

Hier nutzen wir die Intelligenz unseres Herzens und schauen uns das Thema Streß & Entspannung an. Schon mit einfachen Möglichkeiten und Übungen kann hier viel bewegt werden.

### Spezialkonzept bei Gewichtsthematiken

Gewichtsprobleme beginnen oft im Kopf. Ob Heißhungerattacken oder die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper: hier wird eine Basis geschaffen und einmal hinter die Probleme geschaut.

### Gesundheitsmanagement für Arbeitgeber

Entspannung am Arbeitsplatz, Streßreduktion, Krankheitsreduktion, Wiedereingliederung von Langzeitkranken, Zielcoaching, Harvard-Modell, Walt Disney Konzept, Teambildung oder Gruppenleitung: Gerne erstelle ich ein individuelles Konzept!

### Reiki, Hot Stone, Fire & Ice Behandlung

Entspannung und Aktivieren der Selbstheilungskräfte steht hier im Vordergrund. Fire & Ice Behandlungen können auch bei Kopfschmerzen eingesetzt werden. Alle Anwendung finden ohne Hinzunahme von Öl statt und können vollständig bekleidet durchgeführt werden.

### Chakrenharmonisierung & Blockadenlösung

Bei dieser energetischen Behandlung sind die Haupt-Energiezentren im Mittelpunkt. Unterstützend wird hier mit Aura Soma und Chakrenöl gearbeitet.