

# Deine Basis-Transformation

Wenn du noch nie in einem Coaching warst oder bisher immer versucht hast, selbst zurechtzukommen und nun nach einer professionellen Unterstützung suchst, ist das Basis-Transformationscoaching vielleicht genau das Richtige für dich.

## Der Coachinginhalt im Überblick:



8 x 1:1 Sitzungen - Dauer 90 - 120 Minuten



Inklusive 8 transformierende Meditationen und Heiltechniken die aufgezeichnet werden, um sie selbstständig wiederholen zu können



Inklusive Skripte zu den einzelnen Themen



WhatsApp Betreuung von Mo-Fr zwischen den Sitzungen



HERZAKADEMIE

Coaching - Transformation - Selbstheilung

## Der Coachinginhalt im Detail:

### Analysegespräch

Wir besprechen ausführlich, worum es bei dir geht und mit welchen Zielen und Wünschen du ins Coaching startest. Beendet wird die Sitzung mit einer Übung für die Körperwahrnehmung.

### Glaubenssätze

Es gibt eine kurze Einführung in das Thema Glaubenssätze. Anschließend schauen wir uns deine Glaubenssätze an und beginnen diese aufzulösen. Das ganze wird mit einer Meditation zur Glaubenssatsauflösung abgerundet.

### Innere-Kind-Arbeit

Das innere Kind, welches wir alle in uns tragen, möchte gesehen und geheilt werden. In zwei Sitzungen kümmern wir uns ausgiebig darum und ergänzen die Thematik mit Heilreisen oder passenden Meditationen.



HERZAKADEMIE

Coaching - Transformation - Selbstheilung



Erwartungen  
Eigenverantwortung  
Opferhaltung

Stressmanagement

Vertiefungssitzung

Erwartungen sind ein großer Störfaktor in zwischenmenschlichen Beziehungen. Häufig ist auch nicht ganz klar, wo Eigenverantwortung anfängt und Opferhaltung aufhört. Wenn du in Gänze heilen möchtest, kommen wir hier nicht vorbei.

Beim Thema Stress schauen wir uns an, wie es da in deinem Leben aussieht, was es mit dem Vagusnerv auf sich hat und wie du wieder Balance in dein Leben bringst.

In der Vertiefungssitzung begeben wir uns noch einmal in dein Unterbewusstsein und arbeiten mit einer Transformationstechnik, die in diesem Moment für dich passend ist.



HERZAKADEMIE

Coaching - Transformation - Selbstheilung

## Abschlussgespräch

Wir ziehen ein Resümee, und schauen, was sich bei dir verändert hat und wie dein Weg für dich weitergeht. Abschließend werden wir noch einmal eine Transformationsreise oder Meditation deiner Wahl durchführen.

Dein Energieausgleich  
für dieses Coachingpaket

2.800,00 € (inkl. MwSt.)



(Das Coaching findet derzeit ausschließlich online statt. Vorzugsweise verwende ich Zoom. Als technische Voraussetzung ist lediglich ein Internetzugang und ein Smartphone notwendig, wenn du keinen Laptop oder Computer besitzt. )



HERZAKADEMIE

Coaching - Transformation - Selbstheilung