

Zu meiner Arbeitsweise:

Waldgespräche

Ich kann auf viele spannende und erlebnisorientierte Methoden und Möglichkeiten zurückgreifen, um dich in deinen Anliegen, in deinen Themen oder Krisen, in deinen Fragen und deinem Wunsch, weiterzukommen, empathisch und vertrauensvoll zu unterstützen und zu begleiten.

Meine Praxis ist die Natur, denn sie ermöglicht auf vielfältige Art und Weise Anstösse und inspiriert zu neuen Perspektiven und Einsichten. Zudem ist die Natur ein grosser Kraftort und ich zeige dir gerne neue Lösungsansätze und Wege, um Themen, die dich beschäftigen oder belasten, zu transformieren und transzendieren. Wir werden die Natur als innovativen und kreativen Ort kennenlernen, ein Ort, an dem sich unsere Wahrnehmung und die Sicht auf die Dinge des Lebens verändern kann und darf (Perspektivenwechsel). Ebenso ist die Natur ein Spiegel deines «Selbst» und du wirst nicht nur viele Begegnungen haben mit Tieren, Bäumen und Pflanzen, sondern auch mit dir selbst, das heisst, du wirst dir in der Natur immer auch selbst begegnen.

Lass dich überraschen, welche Schlüssel die Natur dir anbietet und du damit neue Türen und Räume öffnen kannst. Lass dich auch überraschen, wie die Natur ausgleichend und beruhigend wirkt und wie sie dich so annimmt, wie du bist.