

Persönliche Beratung:

Sie haben körperliche Symptome, sind verzweifelt oder suchen Orientierung ?
Sie wissen nicht mit wem Sie reden sollen, Sie kommen finanziell und beruflich nicht weiter, es kriselt in der Beziehung mit dem Partner, den Kindern, Sie suchen den Zugang zu Ihrer Seele?

Schwierige Lebenssituationen sind leichter zu meistern, wenn Sie einfühlsam begleitet werden. Ich biete ihnen die Möglichkeit einer persönlichen Beratung.

Mentaltraining:

mittels Mentaltraining lernen Sie:

was in Ihrem Leben wirklich wichtig ist,
wie Sie Ihre Lebensziele sicher erreichen,
sich als bewusster Gestalter und Erschaffer der eigenen Umstände zu begreifen.

Tiefe Erkenntnisse und praktische Anregungen für die zentralen Themen
Gesundheit, Partnerschaft, Erfolg und Lebensvision.

Systemische Aufstellungen und Lösungen:

Wie kann ein gutes Miteinander (zwischen Chef & Mitarbeitern,
unter Freunden, zwischen Eltern und Kindern & bei Paaren) gelingen ?

Aufstellungen machen verborgene Aspekte von
Beziehungen sichtbar – neue Erkenntnisse werden
möglich und führen zu heilsamen Lösungen.

Was ist abzuschließen, auszusöhnen und loszulassen,
damit etwas Neues gut beginnen kann?
Wie können Konflikte mittels dieser Methode gelöst werden?

Entlastung für das Nervensystem mittels SE (Somatic Experiencing©) und Cranio-Sakraler Körperarbeit:

Entlastende Kurzzeitbehandlungen der Strukturen des Nervensystems bei den Folgen von Traumata wie z.B. Schlafstörungen, Ängsten, Unruhezuständen und Schmerzen ohne medizinischem Befund.
Beide Methoden dienen als Hilfe und Unterstützung für den Umgang mit Folgen von Schock und Trauma.

Sie erfahren eine Entlastung für das Nervensystem und bekommen einen Schlüssel zur Erleichterung ihrer Symptome.

*SE (Somatic Experiencing©) arbeitet mit dem körperlichen Erleben und Erfahren nach einer Lehre des bekannten Stressforschers Dr. Peter Levine

Typberatung nach der chinesischen 5-Elemente Medizin:

Heisshunger auf Süßes ? Übergewicht ? kalte Füße ? sexuelle Unlust ?

Der „Pickerl-Check“ für Ihren Körper mittels Puls und Zungendiagnostik nach den fünf Elementen *Holz-Feuer-Erde-Metall-Wasser* der chinesischen Medizin. Danach wissen Sie, warum Süßfrüchte im Winter unser Kältegefühl im Körper noch mehr steigern und wie man aus den täglichen Mahlzeiten mehr Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude schöpfen kann.

Bewegung und Entspannungstechniken:

Sport und Fitness ohne hochrotem Kopf.

Speziell ausgewählte Übungen aus der fernöstlichen Tradition. Förderung von mehr Stille im Kopf & einem entspannteren Zugang zum eigenen Körper.

Ideal für Menschen, die unter Stress stehen und die Entspannung suchen.

www.auer-systemaufstellungen.at

harald@auer-systemaufstellungen.at

Mob.+43 699 105 19 258 Fax +43 662 83 14 15 DW-16