

6-MONATS- COACHING

DEIN WEG IN EIN FREIERES LEBEN

*Intensive Begleitung für nachhaltige
Traumaheilung, persönliches Wachstum
und ein erfülltes Leben.*



PAUL BETSCHART

GANZHEITLICHE TRAUMAHEILUNG

BEWUSSTSEIN | HEILUNG | ENTWICKLUNG

Inhaltsverzeichnis

6-Monats-Coaching – dein Weg in ein freieres Leben _____	3
Was mein 6-Monats-Coaching besonders macht und mich von anderen unterscheidet _____	4
Inhalt des Coaching _____	6
Nähere Beschreibung der individuellen Themen und Schwerpunkte _____	7
Wie geht es nach dem Coaching weiter? _____	14

6-Monats-Coaching – dein Weg in ein freieres Leben

Dieses Coaching richtet sich an Menschen, die unter den Folgen belastender Kindheitserfahrungen, emotionalen Verletzungen oder wiederkehrenden negativen Mustern leiden und bereit sind, sich über einen längeren Zeitraum intensiv mit sich selbst auseinanderzusetzen, um tiefgreifende und nachhaltige Heilung zu erfahren. Es eignet sich insbesondere auch für Menschen, die bereits verschiedene Wege ausprobiert haben und sich eine tiefere und ganzheitliche Veränderung wünschen.

Dieses Programm ist dein Weg zu

- **emotionaler Freiheit** (alte Verletzungen heilen und tief verwurzelte Blockaden lösen)
- **Selbstakzeptanz und Selbstliebe** (eine stabile innere Basis entwickeln)
- **erfüllten Beziehungen** (gesunde Beziehungen aufbauen und alte Beziehungsmuster loslassen)
- **innerer Stärke und Mut** (klar für dich einstehen und dir selbst vertrauen)
- **persönlichem Wachstum** (Techniken erlernen, die dich langfristig weiterbringen)
- **und vielem mehr** (oft entstehen im Verlauf der Traumaheilung Veränderungen, mit denen Menschen anfangs gar nicht gerechnet hätten)

Das Coaching wird individuell auf dich abgestimmt, so dass wir genau an den Themen arbeiten, die dich am stärksten belasten und dich deinem Ziel näherbringen.

Im Coaching enthalten:

Diese Leistungen sind im 6-Monats-Coaching inklusive.

- **1:1-Coaching-Sitzungen:** 12 intensive Sitzungen zur Bearbeitung der spezifischen Themen und zur individuellen Betreuung.
- **Online-Kurse:** Zugang zu all meinen Onlinekursen während der Coachingdauer, damit du auch zwischen den Sitzungen eigenständig an dir arbeiten kannst.

Optional zubuchbar:

Diese Leistungen kannst du bei Bedarf zusätzlich in Anspruch nehmen.

- **Unterstützung über Chat:** Unterstützung zwischen den Sitzungen per Chat, wenn Fragen auftauchen oder du in schwierigen Situationen eine kurze Begleitung brauchst.
- **Follow-up-Sitzungen:** Zwei Follow-up-Sitzungen nach Abschluss des Coachings, um deine Erfahrungen im Alltag zu reflektieren, neue Herausforderungen gemeinsam anzugehen und die erreichten Veränderungen langfristig zu stabilisieren.

Dein Investment:

- **6-Monats-Coaching:** Fr. 1'987.— (inkl. Onlinekurse im Wert von Fr. 1'350.--)
- **6-Monats-Coaching mit Chat:** Fr. 2'487.— (inkl. Onlinekurse und Chatbegleitung)
- **6-Monats-Coaching Premium:** Fr. 2'787.— (inkl. Onlinekurse, Chatbegleitung und zwei Follow-up-Sitzungen)

Auf Wunsch ist eine Ratenzahlung (bis zu 6 Monatsraten) möglich.

Was mein 6-Monats-Coaching besonders macht und mich von anderen unterscheidet

Ganzheitlicher Ansatz

Anders als viele rein psychologische oder rein spirituelle Ansätze betrachte ich den Menschen ganzheitlich. Belastungen und Traumafolgen zeigen sich oft auf verschiedenen Ebenen gleichzeitig. Deshalb berücksichtige ich bei der Traumaheilung körperliche, emotionale, mentale, energetische und spirituelle Aspekte.

Ziel ist nicht die kurzfristige Symptomlinderung oder nur Selbstregulationstechniken zu erlernen, sondern eine tiefgreifende und langfristige Veränderung der inneren Muster, Überzeugungen und Verhaltensweisen.

Verbindung von Traumaheilung und Energiearbeit

Im Mittelpunkt meiner Arbeit stehen Energiearbeit und Klänge. Mit Energiearbeit und Klängen können oft tiefere Schichten des Erlebens erreicht werden, die sich dem rein verstandesmäßigen Zugang häufig entziehen. Dadurch wird es möglich, emotionale und energetische Belastungen auf einer Ebene zu bearbeiten, die über Gespräche allein oft nicht erreicht werden kann. Dadurch können sich belastende Themen, emotionale Blockaden und innere Muster bereits innerhalb kurzer Zeit spürbar verändern oder sogar auflösen.

Einführende Gespräche helfen dabei, die belastenden Themen zu erkennen und einen gezielten Ansatzpunkt für die Energiearbeit zu finden. Darüber hinaus können Gespräche den Heilungsprozess durch Bewusstwerdung unterstützen und dazu beitragen, bereits gewonnene Erkenntnisse besser einzuordnen.

Einbezug der Ahnenheilung

Heute ist bekannt, dass traumatische Erfahrungen, belastende Familienmuster, Ängste, Schuldgefühle, Glaubenssätze und bestimmte Verhaltensweisen über Generationen hinweg weitergegeben werden können. Diese transgenerationalen Belastungen können sich auch dann noch auf das eigene Leben auswirken, wenn ihre ursprünglichen Ursachen längst vergessen oder nicht bewusst bekannt sind.

Die Ahnenheilung ermöglicht es, solche familiären und energetischen Verstrickungen sowie übernommene Belastungen aufzulösen. Viele Menschen erleben durch die Ahnenheilung eine tiefgreifende innere Entlastung, mehr Verständnis für die eigene Lebensgeschichte sowie ein Gefühl von Versöhnung, innerem Frieden und neuer Freiheit.

Die Ahnenheilung gehört seit vielen Jahren zu einem meiner wichtigsten Angebote, welches immer wieder von Klientinnen und Klienten - auch unabhängig von einem längerfristigen Coaching - in Anspruch genommen werden.

Individuelle Einzelbegleitung zu einem fairen Preis

Anders als viele Coaching-Programme, die mit Gruppencalls, halbstündigen Einzelsitzungen oder festen Abläufen arbeiten, steht in meinem 6-Monats-Coaching die persönliche und individuelle Begleitung im Mittelpunkt. Das Coaching folgt keinem starren Schema, sondern wird auf deine persönlichen Bedürfnisse, Belastungen und Ziele abgestimmt. Die 12 Einzelsitzungen im Rahmen von ca. 1 Stunde bieten ausreichend Zeit und Raum, um auf deine individuelle Situation einzugehen und deinen Heilungsprozess gezielt und in deinem eigenen Tempo zu begleiten.

Mir ist zudem wichtig, eine persönliche, individuelle und ganzheitliche Begleitung zu einem fairen Preis anzubieten. Viele hochpreisige Coaching-Angebote bewegen sich heute zwischen Fr. 3'000.– und Fr. 10'000.– oder darüber und arbeiten häufig mit Gruppencoachings, standardisierten Abläufen und wenigen persönlichen Einzelsitzungen. Oft werden auch Programme über 8 bis 12 Wochen angeboten.

Aus meiner Erfahrung braucht nachhaltige Traumaheilung jedoch Zeit, Vertrauen und eine individuelle Begleitung. Deshalb habe ich mich bewusst für ein 6-Monats-Coaching mit persönlicher Einzelbegleitung entschieden.

Kombination aus persönlicher Begleitung und Selbsthilfe

Neben den regelmässigen Coachingsitzungen stehen umfangreiche Onlinekurse, Übungen und Arbeitsmaterialien zur Verfügung, damit die Entwicklung auch zwischen den Sitzungen weitergehen kann.

Dadurch können Erkenntnisse aus den Coachings vertieft und neue Fähigkeiten im eigenen Tempo erlernt und eingeübt werden. Die Kombination aus persönlicher Begleitung und eigenständiger Arbeit fördert die Selbstverantwortung und ermöglicht es, den Heilungsprozess aktiv mitzugestalten.

Eigene Lebenserfahrung und langjährige Praxis

Durch die eigene intensive Auseinandersetzung mit Traumaheilung, Persönlichkeitsentwicklung und spiritueller Entwicklung sowie die langjährige Begleitung von Menschen bringe ich sowohl persönliches Erfahrungswissen als auch praktische Erfahrung in die Arbeit ein.

Seit meinem 18. Lebensjahr beschäftige ich mich intensiv mit den Themen Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung, Heilung und spirituelle Entwicklung. Viele Herausforderungen und Prozesse kenne ich deshalb nicht nur aus theoretischer Sicht, sondern auch aus eigener Erfahrung.

Die Verbindung von persönlicher Erfahrung, langjähriger Praxis, therapeutischem und energetischem Wissen sowie spiritueller Entwicklung ermöglicht mir einen ganzheitlichen Blick auf die Menschen und ihre individuellen Herausforderungen.

Inhalt des Coaching

Fester Bestandteil:

- Bestandesaufnahme und Klären von Motivation und Zielen
- Zwischen- und Endauswertung der gesetzten Ziele

Individuelle Themen und Schwerpunkte:

Je nach persönlicher Situation, Bedürfnissen und Zielen können unter anderem folgende Themen Teil des Coaching sein:

- Aufbau und Förderung der Selbstwahrnehmung
- Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen und respektieren
- Selbstliebe und Selbstwert entwickeln
- Den inneren Kritiker und Antreiber besänftigen
- Innere Stärke aufbauen
- Grenzen setzen und Schutz aufbauen
- Ängste erkennen und überwinden
- Verdrängte Emotionen und Gefühle annehmen
- Inneres Kind annehmen
- Körperliche Probleme und Schmerzen verstehen lernen
- Negative Abhängigkeiten erkennen und überwinden
- Schattenarbeit
- Negative Glaubenssätze auflösen
- Beziehung zu den Eltern und Ahnen klären / Vergebung
- Verbindung zur Seele stärken

Nähere Beschreibung der individuellen Themen und Schwerpunkte

Bestandesaufnahme und Klären von Motivation und Zielen

- **Ziel:** Schaffung einer klaren Ausgangsbasis für die Zusammenarbeit, Festlegung persönlicher Ziele sowie Klärung der aktuellen Belastungen, Herausforderungen und der Motivation für den Veränderungsprozess.
- **Inhalt:**
 - Erfassung der aktuellen emotionalen Situation sowie Identifikation belastender Themen und tief verwurzelter Muster. Die subjektive Belastung wird dabei auf einer Skala von 0 bis 100 % eingeschätzt, um Veränderungen und Fortschritte im Verlauf des Coachings sichtbar zu machen.
 - Festlegung von konkreten und möglichst messbaren Zielen
 - Klärung der persönlichen Motivation und der individuellen Beweggründe für den Heilungs- und Entwicklungsprozess.
 - Erstellung eines Vision-Boards zur Unterstützung der persönlichen Zielausrichtung.
 - Führen eines Reflexions- und Heilungstagebuchs (wenn möglich täglich).
 - Bewusste Übernahme der Selbstverantwortung durch die Formulierung einer persönlichen Absichtserklärung für den eigenen Heilungs- und Entwicklungsprozess.

Aufbau und Förderung der Selbstwahrnehmung

- **Ziel:** Die Verbindung zum eigenen Körper sowie zu den eigenen Gedanken, Gefühlen und Körperempfindungen stärken. Die Fähigkeit entwickeln, sich selbst bewusster wahrzunehmen und im gegenwärtigen Moment präsent zu sein.
- **Inhalt:**
 - Bodyscan und/oder progressive Muskelentspannung
 - Achtsame Atemübungen
 - Einfache Meditationen zur Förderung der Selbstwahrnehmung
 - Einfache Erdungs- und Zentrierungsübungen, um sich selbst und den gegenwärtigen Moment bewusster wahrzunehmen

Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen und respektieren

- **Ziel:** Die eigenen Gefühle und Grundbedürfnisse bewusster wahrnehmen, ernst nehmen und lernen, für sie einzustehen.
- **Inhalt:**
 - Die eigenen Grundbedürfnisse mithilfe einer Bedürfnisliste erkennen und nach persönlicher Wichtigkeit priorisieren
 - Erkennen und beobachten, welche Gefühle und Bedürfnisse häufig verdrängt, übergangen oder zurückgestellt werden
 - Erste Schritte entwickeln, um die eigenen Bedürfnisse im Alltag bewusster zu berücksichtigen und zu respektieren

Selbstliebe entwickeln

- **Ziel:** Eine liebevolle und mitfühlende Beziehung zu sich selbst sowie zu den eigenen Stärken, Schwächen und inneren Anteilen entwickeln
- **Inhalt:**
 - Die Spiegelübung regelmäßig praktizieren und die eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse festhalten
 - Im Tagebuch festhalten, wo es gelungen ist, sich selbst mit Liebe und Mitgefühl zu begegnen und wo und wann es schwergefallen ist
 - Die verschiedenen Lebensbereiche untersuchen: was tut mir gut, was nicht?
 - Die eigenen Schwächen und Grenzen erkennen und lernen, sie anzunehmen
 - Dankbarkeit bewusst kultivieren, z. B. durch regelmäßige Dankbarkeitseinträge im Tagebuch

Selbstwert aufbauen

- **Ziel:** Den eigenen Wert unabhängig von Leistung, Anerkennung oder den Erwartungen anderer erkennen und ein gesundes Selbstwertgefühl entwickeln.
- **Inhalt:**
 - Lernen, zwischen dem eigenen inneren Wert und der Bewertung durch andere Menschen zu unterscheiden
 - Eigene Stärken, Fähigkeiten, Erfolge und positiven Eigenschaften bewusster wahrnehmen und wertschätzen

- Negative Überzeugungen über sich selbst erkennen und schrittweise durch unterstützende und realistische Sichtweisen ersetzen
- Eine wertschätzende und wohlwollende Haltung sich selbst gegenüber entwickeln und einüben

Den inneren Kritiker und Antreiber besänftigen

- **Ziel:** Den inneren Kritiker und Antreiber erkennen, ihre Botschaften verstehen und lernen, mit mehr Mitgefühl und Gelassenheit auf sich selbst zu reagieren
- **Inhalt:**
 - Selbstkritische, abwertende und antreibende Gedanken erkennen und deren Wahrheitsgehalt sowie ihre Herkunft hinterfragen
 - Den inneren Kritiker mit den entsprechenden Techniken besänftigen
 - Eine liebevollere und unterstützende innere Haltung sich selbst gegenüber entwickeln

Innere Stärke aufbauen

- **Ziel:** Die eigene innere Stärke und Stabilität finden, stärken und lernen, sich zunehmend auf die eigenen Ressourcen und die eigene Kraft zu verlassen
- **Inhalt:**
 - Erkennen, welche Gedanken, Verhaltensweisen und Einflüsse mich schwächen und welche mich stärken
 - Reflektieren, welche überhöhten oder unrealistischen Erwartungen ich an mich selbst loslassen möchte
 - Erkennen, welche Erwartungen anderer Menschen (z. B. Partner, Familie oder Gesellschaft) ich nicht länger erfüllen möchte
 - Den persönlichen inneren Kraftort und das eigene Krafttier entdecken und als innere Ressource nutzen lernen

Grenzen setzen und Schutz aufbauen

- **Ziel:** Die eigenen Grenzen bewusster wahrnehmen, respektieren und lernen, sie klar und angemessen zu kommunizieren und zu schützen
- **Inhalt:**
 - Erkennen, in welchen Lebensbereichen die eigenen Grenzen nicht ausreichend wahrgenommen oder respektiert werden

- Erforschen, in welchen Lebensbereichen andere Menschen persönliche Grenzen überschreiten
- Die Ursachen dafür verstehen, z. B. Ängste, Schuldgefühle oder das Zurückstellen eigener Bedürfnisse
- Aufbau von innerem und energetischem Schutz mithilfe von Energietechniken (Onlinekurs «Energetische Schutztechniken»)

Ängste erkennen und überwinden

- **Ziel:** Die eigenen Ängste erkennen und lernen, sie Schritt für Schritt zu überwinden.
- **Inhalt:**
 - Die eigenen Ängste erkennen, schriftlich festhalten und nach ihrer subjektiven Belastung priorisieren
 - Erkennen, wie und in welchen Lebensbereichen sich diese Ängste im Alltag zeigen und auswirken
 - Ängste mithilfe von Energietechniken schrittweise reduzieren sowie ein Leben mit mehr innerer Sicherheit und Freiheit visualisieren
 - Kernangst erkennen und auflösen
 - Die Bewusstseinsskala nach Hawkins kennenlernen und als Orientierungshilfe für die persönliche Entwicklung nutzen

Verdrängte Emotionen und Gefühle annehmen

- **Ziel:** Erkennen, welche Gefühle und Emotionen schwer wahrzunehmen oder anzunehmen sind, und lernen, ihnen mit mehr Akzeptanz und Mitgefühl zu begegnen.
- **Inhalt:**
 - Erkennen, welche Gefühle und Emotionen häufig unterdrückt, verdrängt oder abgelehnt werden
 - Lernen, diesen Gefühlen mit mehr Akzeptanz, Verständnis und Mitgefühl zu begegnen
 - Den Zugang zu positiven Gefühlen und Emotionen schrittweise stärken und fördern

Inneres Kind annehmen

- **Ziel:** Das verletzte innere Kind erkennen, verstehen, annehmen und ihm mit Mitgefühl und Fürsorge begegnen
- **Inhalt:**
 - Mit dem inneren Kind in Kontakt treten und herausfinden, was es braucht, um sich sicher, gesehen und angenommen zu fühlen (z.B. mittels Brief oder inneren Reise zum Kind)

Körperliche Probleme und Schmerzen verstehen lernen

- **Ziel:** Die möglichen Ursachen und Botschaften von körperlichen Beschwerden und Schmerzen verstehen lernen und Schritte zur Heilung einleiten.
- **Inhalt:**
 - Erkunden, welche möglichen Botschaften oder ungelösten Themen hinter körperlichen Beschwerden oder Schmerzen stehen könnten
 - In einen achtsamen inneren Dialog mit dem betroffenen Körperteil oder Organ treten und wahrnehmen, welche Gefühle, Gedanken oder Bilder sich zeigen
 - Erkennen, welche Lebenssituationen, Belastungen oder emotionalen Konflikte mit den Beschwerden in Zusammenhang stehen könnten
 - Beobachten, welche Bedürfnisse des Körpers bisher nicht ausreichend wahrgenommen oder respektiert wurden
 - Reflektieren, welchen Einfluss Ernährung, Essgewohnheiten und die Versorgung des Körpers auf die körperlichen Beschwerden haben könnten
 - Erkennen, welche Rolle körperliche Belastungen, einseitige Bewegungsmuster, Überforderung, Bewegungsmangel oder andere Lebensgewohnheiten bei den Beschwerden spielen könnten

Negative Abhängigkeiten erkennen und überwinden

- **Ziel:** Erkennen, welche negativen Abhängigkeiten, Süchte oder ungesunden Verhaltensmuster das eigene Leben beeinflussen, deren Ursachen verstehen und schrittweise mehr innere Freiheit und Selbstbestimmung entwickeln
- **Inhalt:**
 - Eigene Abhängigkeiten, Süchte und ungesunde Verhaltensmuster erkennen und benennen

- Die dahinterliegenden Bedürfnisse, Ängste und Vermeidungsstrategien verstehen
- Erkennen, welche Gefühle, Gedanken oder Situationen das Sucht- oder Abhängigkeitsverhalten auslösen oder verstärken
- Neue, gesündere Bewältigungs- und Verhaltensstrategien entwickeln und im Alltag einüben
- Den Onlinekurs «Endlich frei von Sucht – Dein Ausweg aus der Abhängigkeit» als unterstützende Begleitung auf dem Weg in ein freieres und selbstbestimmteres Leben nutzen

Schattenarbeit

- **Ziel:** Erkennen, welche Persönlichkeitsanteile, Gefühle, Bedürfnisse und Eigenschaften verdrängt, abgelehnt oder unbewusst geworden sind, und lernen, diese anzunehmen und zu integrieren.
- **Inhalt:**
 - Die eigenen Schattenanteile mithilfe gezielter Fragen und Selbstreflexion erkunden
 - Erkennen, welche positiven Fähigkeiten und Ressourcen ebenfalls im Schatten verborgen sein können
 - Erkennen, welche Eigenschaften und Verhaltensweisen bei anderen Menschen starke Reaktionen auslösen und welche eigenen Schatten sich darin spiegeln könnten
 - Erforschen, welche positiven und negativen Gefühle und Emotionen in der Kindheit erlaubt, unerwünscht oder tabu waren
 - Verdrängte Gefühle, Eigenschaften und innere Anteile schrittweise annehmen und integrieren lernen

Negative Glaubenssätze auflösen

- **Ziel:** Negative und einschränkende Glaubenssätze erkennen und durch unterstützende und stärkende Überzeugungen ersetzen.
- **Inhalt:**
 - Negative Glaubenssätze und innere Überzeugungen über sich selbst, andere Menschen und das Leben erkennen und mit den entsprechenden Techniken auflösen

- Kernglaubenssätze identifizieren und mit den entsprechenden Techniken auflösen
- Neue, unterstützende und realistische Überzeugungen entwickeln und im Alltag einüben

Beziehung zu den Eltern und Ahnen klären / Vergebung

- **Ziel:** Die Beziehung zu den Eltern und Ahnen klären. Übernommene Themen und Belastungen sowie Verstrickungen lösen. Vergebung praktizieren, um mehr inneren Frieden und Versöhnung mit der eigenen Vergangenheit zu entwickeln.
- **Inhalt:**
 - Ahnenheilung in drei Sitzungen durchführen, einschließlich des Zurückgebens fremder Anteile und des Zurücknehmens eigener Anteile
 - Vergebung praktizieren

Verbindung zur Seele stärken

- **Ziel:** Die Verbindung zur eigenen Seele bzw. zum Höheren Selbst stärken und dadurch mehr innere Führung, Vertrauen, Sinn und Verbundenheit im eigenen Leben erfahren
- **Inhalt:**
 - Die Bedeutung der Seele bzw. des Höheren Selbst für die persönliche Entwicklung und Heilung verstehen
 - Den Onlinekurs „Stärke deine Verbindung zum Höheren Selbst – zu deiner Seele“ als praktische Unterstützung nutzen
 - Meditationen und weitere Methoden praktizieren, um die Verbindung zur Seele zu stärken
 - Erkennen, welche Wünsche und Ziele aus dem Ego und welche aus der Seele entstehen
 - Lernen, die innere Führung, Intuition und die Stimme der Seele bewusster wahrzunehmen
 - Die eigene Lebensaufgabe bzw. Berufung erkennen und die dazu nötigen Schritte einleiten

Wie geht es nach dem Coaching weiter?

Nach Abschluss des 6-Monats-Coachings schauen wir gemeinsam, ob und in welcher Form eine weitere Begleitung sinnvoll ist. Viele Menschen verfügen nach dieser Zeit bereits über wertvolle Werkzeuge und Erkenntnisse, die sie eigenständig weiter anwenden können. Andere wünschen sich eine weiterführende Begleitung in grösseren zeitlichen Abständen, um ihren Heilungs- und Entwicklungsprozess weiter zu vertiefen.

Wenn du dich entscheidest, dich mindestens einmal pro Monat weiter begleiten zu lassen, bleibt der Zugang zu allen Onlinekursen während der gesamten Dauer der weiteren Begleitung bestehen. Umfasst diese weiterführende Begleitung insgesamt 12 Sitzungen oder mehr, erhältst du den Zugang zu allen Onlinekursen dauerhaft.

Wenn du keine weitere Begleitung wünschst, die Onlinekurse aber weiterhin nutzen möchtest, kannst du dir mit einem einmaligen Beitrag von Fr. 300.— den dauerhaften Zugang zu allen Onlinekursen sichern.

Ein paar abschliessende Gedanken

Mein Ziel ist es nicht, dass du dauerhaft von mir abhängig wirst, sondern dass du Schritt für Schritt lernst, dir selbst wieder zu vertrauen, deine innere Stärke zu entdecken und deinen eigenen Weg selbstbestimmt weiterzugehen.

Ich freue mich, wenn du dich auf das 6-Monats-Coaching einlässt und dir damit die Zeit, Aufmerksamkeit und Begleitung schenkst, die für eine nachhaltige Heilung und persönliche Entwicklung notwendig sind.

Da es sich bei diesem Coaching um eine längerfristige Zusammenarbeit handelt, braucht es vorgängig ein Gespräch, um herauszufinden, ob wir zueinander passen und das Coaching für dich das Richtige ist. Buche hier dein kostenloses Beratungsgespräch: https://calendly.com/paul_betschart/trauma

