

z. B.

PSYCHOmobile bewegt Menschen!

z. B. die 40-jährige Mutter aus guten Verhältnissen, die nach 45 Minuten langsamen Rennens erkannte, dass Sie um ruhiger und klarer mit ihrem verhaltensauffälligen Sohn umzugehen, loslassen und ihm auch vertrauen musste. Vorher hatte sie im Gespräch mehrmals nach einer Lösung gesucht für die gleiche Situation.

z. B. ein 13-jähriger ADS-Junge konnte nach einmaligem Rollerbladen einen Plan erarbeiten, wie er sich für unangenehme Pflichten selber belohnen, sowie sich bei verbotenen Versuchen ablenken konnte, und wie er vorgehen musste, um sich dabei auch zu kontrollieren.

z. B. ein junger Mann hatte das Gefühl, sich selber sozial auszugrenzen. Bereits nach 2 Wochen nahm er seine Arbeit wieder auf und ging auf die Leute zu. Er merkte beim Velo fahren, dass es seine fokussierte Aufmerksamkeit brauchte.

z. B. eine Frau mit erlebtem grenzverletzendem Verhalten seitens des Vaters konnte in der natürlichen Bewegungstrance das Bild der Situation verändern und hinter sich platzieren, sodass nach dem 2. Treffen auch die Schmerzen in ihrer Brust spürbar nachliessen.

Psychomobile Beratung
bewegt den Geist

z. B. ein Depressiver lernte bei mir Jonglieren und nutzte dazu die obere Hälfte des Blickfeldes. Zu dieser Übung machte er täglich bei sich zu Hause auf einem Plakat einen Zielsatz vor sich an die Wand (NLP-Blitzstrahl-Technik).

z. B. einem Mann mussten förmlich die Antworten "aus Nase gezogen" werden. Nach einigen Minuten draussen in Bewegung sprudelte es aus ihm heraus.

z. B. ein Mann in der Lebensmitte auf der Suche nach einer neuen Herausforderung erkennt auf einer Wanderung seine Lust auf lustvolles Arbeiten

z. B. die Frau, die lernen will, endlich mal etwas für sich zu tun und mit Psychomobiler Beratung beginnt, etwas einfach für sich zu tun

Sport & Beratung
die Idee bewegt

z. B. der gestresste Chef in verantwortungsvoller Position, der in der Bewegungstrance erkennt, wie er besser delegieren und sein Kontrollbedürfnis zeitlich eingrenzen kann und dabei lernt gelassener zu werden, „düre z'schnuufe“ und sich Zeit zu nehmen für sich.