

## Gewinn

Wir leben in einer intensiven Umbruchsphase. Um daraus gestärkt, zufrieden und sich seiner bewusst herauszukommen, ist es mehr als hilfreich, die eigene Person in den Fokus seiner inneren Aufmerksamkeit zu stellen.

- \* Bewusstheit ist ein Prozess.
- \* Die volle Verantwortung für sich selbst mit Spaß und Freude in die eigene Hand zu nehmen, ist lernbar.
- \* Den freien Willen zu erkennen und zu nutzen, ist ein bewusster Weg.

Mit dem „360° DU selbst“ Programm wirst Du von mir dort hin begleitet. Der beste Gewinn dabei, bist Du selbst. Du, der Du ein glückliches, zufriedenes und erfülltes Leben führst.

Dauer der Entdeckungsreise (Teil 1) und des Integrationsprozeß (Teil 2): jeweils 3-4 Tage mit ca. 6 Stunden / Tag

Kosten Teil 1 + 2: 236 € pro Tag

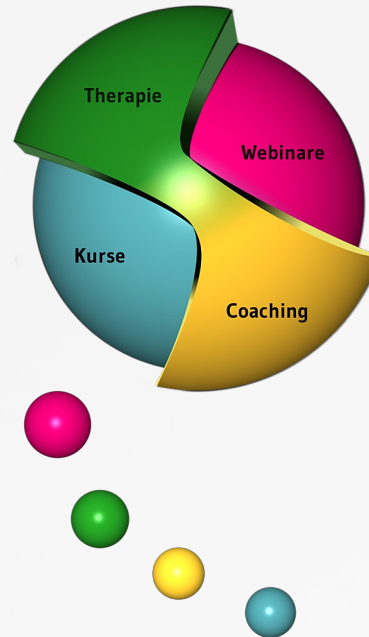
Folgeunterstützung bei Bedarf: 80 € /Stunde

Termine: nach individueller Vereinbarung



Weitere Informationen bzw. nähere Beschreibungen zu meinen Angeboten findest Du auf meiner Homepage unter: [www.melanie-jochem.de/kurse](http://www.melanie-jochem.de/kurse)

Buchungen und Terminvereinbarungen bitte telefonisch oder per Email.



## Christina Melanie Jochem

Praxis für holistische Psychotherapie und individuelle Weiterentwicklung mit Herz und Gehirn

### Praxis:

Hagenstr. 1  
42653 Solingen  
Tel.: 0212 - 230 87 87  
Mobil: 0157 - 30 70 48 11

Email: [kontakt@melanie-jochem.de](mailto:kontakt@melanie-jochem.de)  
Homepage: [www.melanie-jochem.de](http://www.melanie-jochem.de)

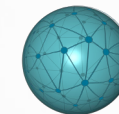


Christina Melanie Jochem  
Mit mir kommst Du weiter...

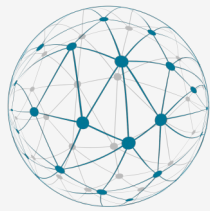


*"Die reinste Form des Wahnsinns ist es, alles beim Alten zu belassen und trotzdem zu hoffen, dass sich etwas ändert."*

Albert Einstein



**360° DU selbst**



*"Schon alleine das Entdecken, verändert das Entdeckte und den Entdecker."*

### Der Sinn dieses Programms

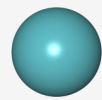
*"Ich wär so gern dabei gewesen doch ich hab viel zu viel zu tun lass uns später weiter reden.  
Da draußen brauchen sie mich jetzt...  
Muss nur noch kurz die Welt retten danach flieg ich zu dir.  
Noch 148 Mails checken wer weiß was mir dann noch passiert...  
Muss nur noch kurz die Welt retten und gleich danach bin ich wieder bei dir"*

Das Lied von Tim Bendzko hast Du sicher schon mal gehört, oder? Wenn nicht, ist der Text auch so aussagekräftig für viele von uns. Immer in Eile, immer viel zu tun, immer im Aussen unterwegs, immer erreichbar, schneller, besser, höher, weiter...

Alleine beim schreiben wird mir schon schwindelig. Ein ehemaliger Ausbilder sagte häufig zu uns, wenn wir von einem Fall berichteten: **Prozessentschleunigung.** Ein wahres Wort, dessen Gewichtung immer größer wird.

Wann hast Du Dich schon mal 6 bis 8 Tage nur mit Dir beschäftigt? Dir ca. 40 Stunden intensiv selber Zeit geschenkt. Dich dabei nicht abgelenkt, nicht in wahnwitzigen Gedankenkreisläufen verfangen oder Dich anderweitig ersatzmäßig beschäftigt / befriedigt?

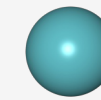
**Der schönste Sinn bist DU!**



## Rund-um-Betrachtung Deines eigenen ICH - Teil 1

Folgenden Themen werden wir uns in diesem Teil widmen, um ein 360° Rund-um-Bild von Dir zu erstellen:

- Deine Prägungen durch: Zeugung, Schwangerschaft, Geburt => Deine ersten 6 Lebensjahre
- Deine Familie aus systemischer Sicht
- Deine Gesundheitsentwicklung
  - Krankheiten
  - Vorlieben & Gewohnheiten aus Nahrungssicht
  - Chakren, Meridiane, Zähne, Narben => und ihre holistischen Bedeutungen
- Körperscan => mit karmisch-homöopathischer Betrachtung
- wiederkehrende Muster, Glaubenssätze, Blockaden und Strukturen
- Ängste, Vorlieben, Abneigungen, Dramen, Krisen, Wut und Trauer
- Deine Lebenszahlen aus numerologischer Sicht
- Tagesabschlussmeditation auf Wunsch

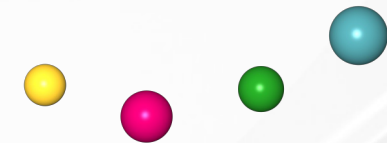


## Rund-um-Betrachtung Deines eigenen ICH - Teil 2

Aus den Erkenntnissen des 1. Teils werden wir uns die für Dich wichtigsten Punkte ausführlich anschauen, Wesentliches daraus in die Erkenntnis bringen. (Er-)lösen, was sich lösen lässt, neue Möglichkeiten und Perspektiven erschaffen, die Dich stützen und es Dir ermöglichen, Dein Leben in Liebe und Achtsamkeit zu Dir zu leben.



- Rückschau in die Diagnostik
  - von Aussen nach Innen
- Erkenntnisintegration und Eröffnung neuer, gesünderer Möglichkeiten
- Rückführung bei Bedarf
- Visionsreisen ins Herz
- Klärung und Stärkung des Selbstbildnis
- Narben- und Blockadenklärung
- Was und wo ist mein Platz - Ängste klären
- Ressourcen und Potentiale stärken
- Familien-, Situations-, Themen- oder Ort-Aufstellungen
- ergänzende Betrachtung Deines Entwicklungsweges mit Hilfe des Tarots
- Wechsel vom Überlebens- in den Lebensmodus



Die in diesem Programm aufgezählten Punkte, sind eine Leitlinie. Sollten wir im Verlauf der gemeinsamen Arbeit feststellen, das der ein oder andere Punkt für Dich nicht passt oder gar unnötig ist, widmen wir uns in Deiner Zeit selbstverständlich den für Dich wichtigen Themen. Die Punkte stellen kein Muss, sondern ein Angebot an Dich dar.