

Andrea Schumann ist überzeugt: In einer Welt mit unendlich vielen Möglichkeiten, in der Grenzen verschwimmen, in vielen Bereichen Überfluss oder auch das andere Extrem herrscht und die Natur immer unberechenbarer wird, ist es für uns Menschen herausfordernder denn je ein Leben zu führen, dass „gut tut“. Das Leben fühlt sich zu häufig fremdbestimmt an und da geht schon mal die Lebenslust flöten. Wer sich gern in Balance erleben möchte, hat die Qual der Wahl und viele Angebote.

Eigentlich tragen wir alles in uns, was wir brauchen. Unsere innere Stimme ist der beste Wegweiser. Diese ist aber oftmals durch das überwiegend fremd bestimmte Dasein verstummt. Körperliche Beschwerden sind häufig das Resultat. Oder das „Pech“ im Leben, an dem man vermeintlich nichts ändern kann. Irgendwann bricht unser Lebenskonstrukt zusammen und wir sehnen uns plötzlich nach der Einfachheit im Leben. Dann haben wir das Gefühl, wir müssen aufräumen in Raum und Mensch. Sollten wir damit so lange warten?

Lebenslust – das steht für ein selbstbestimmtes Leben, in der die innere Stimme viel Raum hat und tiefes Vertrauen genießt. Innehalten – Anschauen – Nachspüren – Handeln! Dies sind die 4 Eckpfeiler der lösungsorientierten, oftmals in der Natur stattfindenden Arbeit mit ihren Klienten. Die Natur unterstützt Coach und Klient bei der Arbeit auf seine ganz eigene Weise. Diese Arbeit beginnt unverzüglich ohne langwieriges Ergründen möglicher Ursachen des bestehenden Problems. Im Mittelpunkt steht, was sich im Hier und Jetzt zeigt. „Hauptsächlich arbeite ich mit Methoden aus dem leistungsorientierten Coaching und aus der Energiearbeit nach Martin Brune. Hilfreich hierbei sind zusätzlich die über 15 Jahre Erfahrung in der Arbeit mit meinen Klienten und natürlich meine persönliche Lebenserfahrung, denn das Leben ist ein wunderbarer Lehrmeister.

Die Lösung für ein bestehendes Problem kommt oftmals schneller als gedacht. Nicht immer wird das Ergebnis übrigens anfangs gemocht. Manchmal erscheint der Lösungsweg als nicht durchführbar oder macht sogar Angst. Und diese Reaktionen gilt es wiederum zu ergründen. Denn genau diese zeigen deutlich die persönlichen Blockaden auf dem Weg zum selbstbestimmten Leben, einem Leben, das gut tut!“

Lebenslust Andrea Schumann
Usinger Straße 42
61231 Bad Nauheim
Telefon: 06032 7842372
E-Mail: lebenslust@gmx.com
Website: www.lebeslustandreaschumann.de

Workshops / Coaching je 45 Minuten in der freien Natur ab Messestand auf der Ernst-Ludwig-Buchmesse
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos. www.ernst-ludwig-buchmesse.de

1. Samstag, 04.04.2020, 12 Uhr
2. Sonntag, 05.04.2020, 11 Uhr
3. Sonntag, 05.04.2020, 14 Uhr