



Ganzheitliche Lebensbegleitung

Nikolaus Max Ladner B.A.

+43 676 92 95 615

Unter ganzheitlicher Lebensbegleitung verstehe ich die Einbindung der drei Dimensionen Körper, Verstand und Seele in mein Beratungs- und Begleitungsspektrum. Im Zentrum dieser Dreiheit findet sich bei entsprechendem Reflexionsvermögen das sogenannte Bewusstsein – Geist/Spirit – eben jene Instanz, welche mit dem „Du“ bzw. „Ich bin“ angesprochen wird.

Dieses einzigartige Wesen das „DU“ bist, steht im Zentrum meines Wirkens als ganzheitlicher Lebens- und Sozialberater. Den Zweck der eigenen Existenz zu erkennen und daraus den Weg für ein freudvolles Leben zu finden, haben auch meinen bisherigen Lebensweg geprägt.

Durch den umfassenden Ausbildungsweg als Heilmasseur, Pädagoge, Energetiker, schamanisch Praktizierender und Lebens- und Sozialberater, steht ein breites Spektrum an Techniken, Tools und Know-how bereit.

So stehe ich Dir sowohl bei Herausforderungen als auch bei der Verwirklichung Deiner Ziele mit kompetenter Unterstützung zur Seite, setze wertvollen Impulse für Deine Veränderungsprozesse und begleite Dich ein Stück weit auf dem Weg in ein von Freude und Sinn erfülltes Leben.

Ein kurzer Überblick zu meinen Schwerpunkten:

Männer-, Väter- und Paarberatung

MannSEIN – in der heutigen Zeit!?

Das Verständnis von der Rolle und Identität eines Mannes in der heutigen Zeit hat sich grundlegend verändert und steht vor neuen Herausforderungen, welche teilweise auch die Daseinsberechtigung infrage zu stellen scheinen.

Gleichsam ist ein grundlegendes Verständnis von adäquater Männlichkeit und MenschSEIN die Basis für gelingende Beziehungen und Vaterschaft. Angesichts der immer häufiger zutage tretenden Innerfamiliären und Transgenerationalen Themen eine Herkulesaufgabe und Heldenreise zugleich.

Sowohl im Rahmen der Vereinsarbeit von MANTORING als auch in der individuellen Einzelbegleitung widmen wir uns den aktuellen Themen und verschaffen uns aus der Metaperspektive einen weitreichenden Überblick über unser eigenes Sein.

Die Mitgliedschaft beim Verein und die dadurch mögliche Teilnahme an regelmäßigen Interventionen und Outdooraktivitäten ist hierbei eine wertvolle Ergänzung zur Einzelbegleitung und kann unabhängig davon stattfinden.

Meine Schwerpunkte in der Männer-, Väter- und Paarberatung:

- **Trennungsbegleitung für Väter** (3-6+ Monate – auf Anfrage)
- **No.1 Dad – Vätercoaching** (im Gruppensetting 1x/Monat)
- **Einzel-** (€ 75,-/Stunde)
- **und Paarberatung** (€ 120,-/Einheit à 100 Minuten)

Gesundheitscoaching

Gemeinsam sichten wir die aktuelle Situation sowie allfällige Herausforderungen und erstellen einen Perspektivenplan über die nächsten Schritte auf dem Weg zu einer gesünderen Selbstwahrnehmung auf ganzheitlicher Ebene.

Durch die Zusammenarbeit mit den Kontakten in meinem Netzwerk, steht eine Fülle an Experten für verschiedenste gesundheitliche Herausforderungen zur Verfügung, nicht nur zum Diagnostizieren vor allem, um die passenden Ansätze für den individuellen und persönlichen Heilungsweg zu finden.

Ein guter Einstieg zum Kennenlernen und zur Bestandsaufnahme ist hierfür ein „Waldbad“ (jap. Shinrin Yoku) – achtsamer Waldspaziergang. Dieser kann im Gruppensetting mit anderen Männern und Vätern zum Kostenbeitrag von € 25,- stattfinden und dauert ca. 2,5-3h - je nach Möglichkeit in Deiner Nähe.

Das **Einzelwaldbad / Medicine Walk** (halbtags/ganztags € 300-450,- zzgl. Anfahrtszeit/-km)

findet je nach Schwerpunkt und Vereinbarung bei geeignetem Wetter und wenn möglich in Deiner Nähe statt. Bei dieser besonderen Gelegenheit der persönlichen Begegnung können wir uns besonders auf einzelne Themenfelder, Schwerpunkte und Herausforderungen fokussieren, erarbeiten mögliche Zielvorstellungen und Strategien zur Setzung der möglichen und notwendigen Schritte dorthin.

Der gesamte Werkzeugkoffer meiner bisherigen Lebenserfahrungen und Weiterbildung stehen uns hierfür zur Verfügung, neben meinen Kompetenzen als Heilmasseur und Med. Bademeister, sowie den Tools aus meinem bisherigen Berufsleben - Männerberatung, Outdoorpädagogik, psychosoziale Beratung, Familienbegleitung u.A. auch schamanische Praktiken und Rituale.

Transformationstraining

Nach erfolgreichem Kennenlerngespräch und dem gemeinsamen Beschluss zur Zusammenarbeit für dieses besondere Einzelcoaching, findet eine umfassende Bestandsaufnahme und Potentialanalyse statt. Unter anderem durch die Zuhilfenahme des HumanDesign Systems, der Psychologischer Numerologie nach Dr. Mazza und weiteren Methoden.

Während dieses Prozesses finden wir gemeinsam heraus, welche unentwickelten Potentiale noch in Dir schlummern und welche Muster und Prägungen Dich daran hindern Deine volle Kraft und Stärke zu aktivieren und Deine Lebens-Ziele zu erreichen.

Gleichzeitig ist es entscheidend, Dich und Dein Leben sowie Deine bisherige Lebensgeschichte gründlich in Augenschein zu nehmen, um Dir die maßgeschneiderte Begleitung bereitstellen zu können um die richtigen und passenden Veränderungen zu ermöglichen.

Hierfür macht es Sinn für einen längeren Zeitraum zusammen zu arbeiten und auf Deine individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten Rücksicht zu nehmen. Somit findet die Zusammenarbeit in Form von regelmäßigen Terminen sowohl über digitale Kanäle, als auch in der direkten Begegnung statt und erstreckt sich über einen Zeitraum von mehreren Wochen bis Monaten.

Die Kosten hierfür sind überschaubar (€ 75,-/Stunde zzgl. Anfahrtszeit/-km) und werden im Rahmen der vereinbarten Gesamtdauer als monatlicher Teilbetrag verrechnet. Zusätzliche als sinnvoll erachtete Komponenten werden separiert verrechnet.