

Erstaunlich einfach – beeindruckend wirksam

### Rasche Resultate

In der Regel werden nur 2 bis 3 Sitzungen benötigt. Bereits in einer intensiven Erstsitzung gehst du auf eine spannende Entdeckungsreise und räumst auf in deiner inneren Welt.

### Hohe Erfolgsrate

Anliegen lassen sich fast immer lösen, wenn man die verborgenen Ursachen aufdeckt. Selbst bei hartnäckigen Themen werden mit mindTV deshalb bemerkenswerte Ergebnisse erzielt.



### Antworten finden

Mit Hilfe der Vorstellungskraft findest du Antworten, die tief in deinem Unterbewusstsein versteckt sind. Du gewinnst Klarheit über die wahren Gründe und Lösung deines Anliegens.

### Neues Selbstbewusstsein

Indem du dein äusseres und inneres Selbst und deinen Körper in Einklang bringst, stehst du wieder mit beiden Füßen auf dem Boden – mit dir selber im Reinen.

Plötzlich werden Gefühle greifbar!

Allein durch die aktivierte Vorstellungskraft können Erwachsene in kürzester Zeit beeindruckende Veränderungen erzielen.

Das Ergebnis meiner ersten mindTV Sitzung hat mich derart überzeugt, dass ich sofort wusste, eine tolle und wirksame Methode gefunden zu haben, um Erwachsenen schnell und einfach bei ihren Anliegen helfen zu können.

*"Alles, was an Grosse in der Welt geschah, vollzog sich zuerst in der Phantasie eines Menschen."*

- Astrid Lindgren -



**Karin Sollberger**

Coaching & Visualisierung



Praxis Karin Sollberger – Coaching & Visualisierung  
Siedlungsstrasse 14B • 3603 Thun  
079 902 11 22 • karin-sollberger@gmx.ch  
www.karin-sollberger.ch

# Karin Sollberger

Coaching & Visualisierung



## Wirksames Kopfkino

### Visualisierungscoaching für Erwachsene

belastende Gefühle finden, entfernen  
und durch positive ersetzen



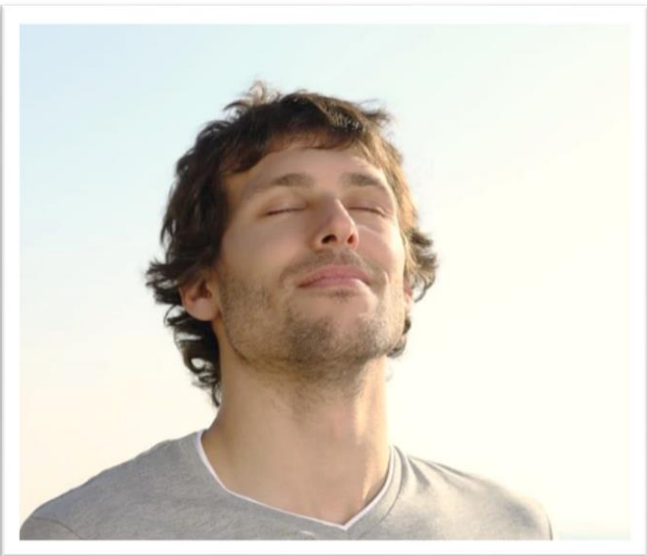
erstaunlich einfach – beeindruckend wirksam

## Was man sieht, kann man auch erreichen

mindTV ist eine äusserst schnelle und effektiv angeleitete Visualisierungsmethode, um störende Gefühle, Gedanken und Gewohnheiten dauerhaft loszuwerden.

Jede Erfahrung, die man als Mensch macht, bleibt im Film des Lebens gespeichert. Mit der Vorstellungskraft spult du diesen Film zurück zu den Schlüsselmomenten, die mit dem Anliegen verknüpft sind.

Negative Gefühle wie Angst, Wut, Frust oder Trauer werden dabei auf spielerische Weise in Objekte umgewandelt und für immer entfernt.



## Häufige Themen

### Ängste

Gefühle wie Zweifel, Unsicherheit und Angst sind tief im Unterbewusstsein verwurzelt. Durch geführte Visualisierung werden diese mentalen Handbremsen frei – und dadurch lösbar.

### Gewohnheiten

Süchte und schlechte Gewohnheiten werden durch ungewollte Gefühle genährt und am Leben erhalten. Mit mindTV gibst du deinen Gefühlen ein Gesicht und wirst sie los.

### Schlaf

Viele Menschen schlafen kaum, und wenn, dann nur mit Medikamenten. Ob kreisende Gedanken entfernt oder deine innere Uhr neu eingestellt werden muss – Entspannung ist lernbar.

### Berufliches

Finde neuen Mut, Kraft und Zuversicht, um dich den täglichen Herausforderungen zu stellen, Entscheidungen zu treffen und konsequenter deinen eigenen Weg zu gehen. Tausche Druck und Stress gegen Gelassenheit und Freude. Schalte deine Potenziale frei und nimm längst aufgebene Ziele mit neuer Motivation ins Visier.



## Familie

Du findest Verständnis für die Bedürfnisse der einzelnen Familienmitglieder. Du bist in der Lage deine Bedürfnisse mit der von der Familie in Einklang zu bringen. Es entsteht ein gesundes Miteinander, in welchem die Individualität gelebt werden darf.

## Beziehungen

Entdecke und verändere tief verborgene Muster, die deinen Selbstwert verringern oder dir bei der Wahl deines Partners und später in der Beziehung immer wieder ein Bein stellen.

*"Das habe ich noch nie vorher versucht, also bin ich völlig sicher, dass ich es schaffe!"*

- Pippi Langstrumpf -



## «Das Wort NEIN hat mein Leben verändert»

Maja wehrte sich nie. Stattdessen verdrängte sie Frust mit Süssigkeiten. Vier Wochen nach der ersten Sitzung war sie kaum wiederzuerkennen. Ihr Selbstbewusstsein ging rauf, ihr Gewicht runter.

## «Ich bin gut so, wie ich bin»

Seit frühester Kindheit in schwierigen Verhältnissen als Versager abgestempelt, veränderte Robert in nur drei Sitzungen sein Selbstbild. Acht Monate später wurde er zum Abteilungsleiter befördert.