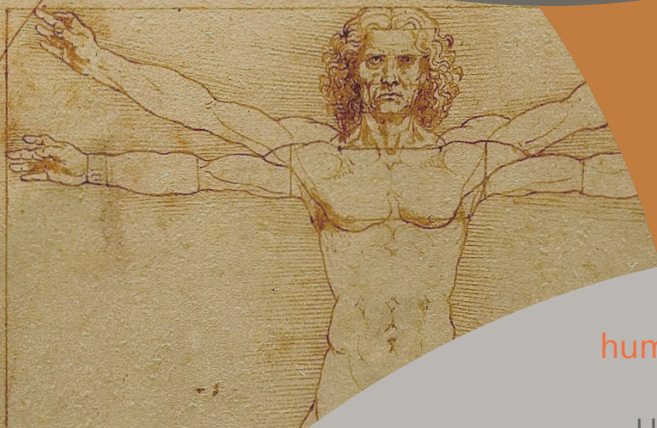


# proharmonia

consulting & concept company for success

and your personal lifestyle

## Portfolio



holistic diagnostic for  
human beings and companies

- HRV-BIOFEEDBACKANALYSE •
- POTENZIALANALYSEN •
- MEDIATION •
- SUPERVISION •
- PERSÖNLICHKEITSTRAINING •
- BEZIEHUNGS-/ FAMILIEN-/ PAARCOACHING •
- KOMMUNIKATIONS-/ MITARBEITERTRAINING & TEAMENTWICKLUNG •
- FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING •
- BIOSCANANALYSEN •
- ® TIME LINE THERAPY & TRANCE •
- SCENAR-BIOFEEDBACKBEHANDLUNGEN •
- HEILMASSAGEN & PHYSIOTHERAPIE •
- PSYCHOENERGETISCHE KINESIOLOGIE •



# HRV-Biofeedbackanalyse (Stress- & Energielevelmessung)

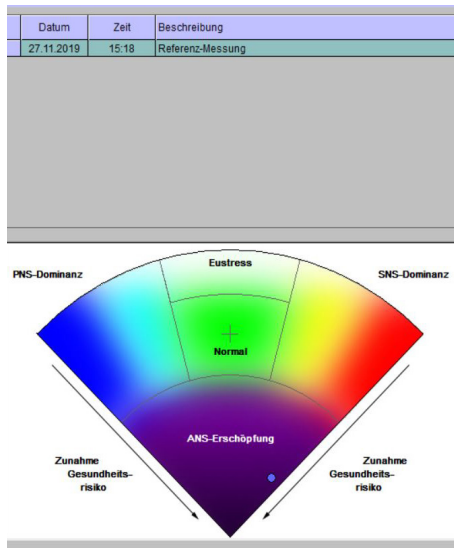
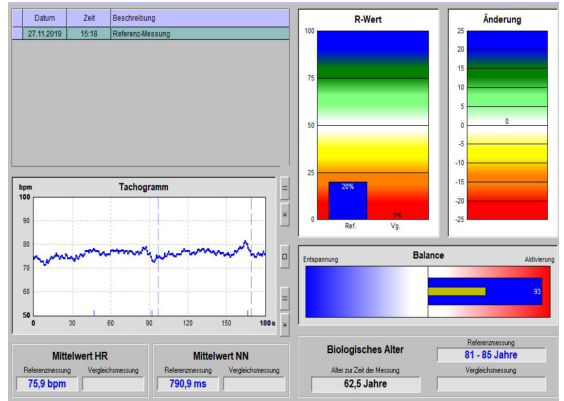
## Was genau ist das HRV-System?

Ein spezielles, dem EKG ähnliches, jedoch viel höher aufgelöstes Pulsfrequenzmodul registriert über zwei Elektroden die unterschiedlich langen Intervalle zwischen den Herzschlägen und interpretiert diese. Die Messung wird im Sitzen oder Liegen durchgeführt und dauert 3 bis 5 Minuten. Sie erfolgt in Echtzeit nach wissenschaftlichen Kriterien.

## Um was geht es?

Mithilfe der neuen, wissenschaftlichen Methode Herz-Raten-Variabilitäts-Messung (HRV) kann man feststellen, ob sich eine Krankheit oder ein Erschöpfungssyndrom im Inneren breit macht. Die Untersuchung ist EKG-basiert und daher für den Kunden in keiner Weise unangenehm. Innerhalb weniger Minuten liegen Ergebnisse darüber vor, wie gut sich der Körper an aktuelle Anforderungen anpassen kann.

- Was verursacht und beeinflusst meinen **WAHREN** Stress?
- Wie reagiert mein Stresslevel auf Gedanken, Ängste, Emotionen & Glaubenssätze?
- Was kann ich tun, wenn meine physische/psychische Belastung dauerhaft zu hoch ist?
- Wie kann ich mein biologisches Alter positiv beeinflussen?
- Was kann ich konkret tun, wenn sich ein Gesundheitsrisiko ankündigt?
- Messen von Therapieerfolgen auf Nachhaltigkeit.



## Unsere Leistungen:

- Burnout-Früherkennung & Prävention
- Lifestyle-Check
- Stress- und Energielevelmessungen
- Lebensmittelunverträglichkeitstest
- Fitness-Check



# Potenzialanalyse

## Wer bin ich? Was will ich? Wie kann ich mein Ziel erreichen?

Die *Proharmonia* Werte-, Persönlichkeits- u. Potenzialanalyse ist ein Instrument zur raschen Selbsterkenntnis, um Ihre Ressourcen und Talente zu erkennen, weiter zuentwickeln und die Entfaltung Ihrer Persönlichkeit zu unterstützen.

Welche Faktoren haben uns bis zum heutigen Tag geprägt und uns zu dem Menschen gemacht, der wir jetzt sind?

Als **WEN** nimmt unser Umfeld uns wahr?

Unser Unterbewusstsein, als ununterbrochener und willenloser Speicher, bestimmt zu einem sehr hohen Prozentsatz unsere Gewohnheiten, unser Handeln und in weiterer Folge unseren Charakter.

Wir werden von klein auf an geprägt durch unsere familiäre Genetik sowie Erziehung, Schule, soziales Umfeld, Politik und Religion, - ob wir dies nun wollen oder nicht.

Unter all den endlosen Schichten von **WOLLEN, SOLLEN, KÖNNEN** und **MÜSSEN** liegt unser wahres zu entdeckendes Selbst, dessen Erkennen und Annehmen unser evolutionärer Auftrag ist.

Wenn wir diesen und damit unser **WAHRES SELBST** dauerhaft unterdrücken, kommt es unweigerlich, früher oder später zu Problemen wie Depression, Burnout, Übergewicht, Krankheit, Armut etc.

Daher beschäftigt sich diese neue holistische Analyse vor allem mit der Frage des **WER** bin ich und startet damit Ihre persönliche Entdeckungsreise ins **SEIN**.

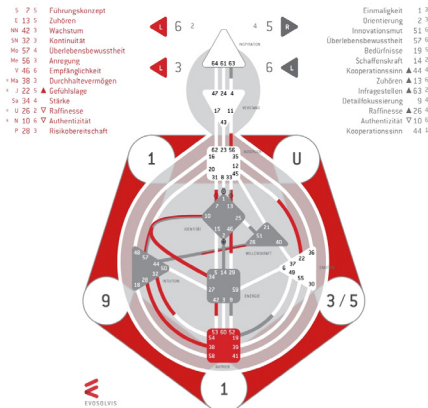
Somit ist Schluss mit langwierigen Ausfüllen von vielen Fragebögen, denn mit dieser Methode werden unzählige holistische Algorithmen herangezogen und ausgewertet.

## Worum geht es in unserem Leben?

Um Selbstaussdruck Anpassung!  
erfolgreichen und

d.h.

- die eigenen Stärken positiv erleben
- die eigenen Potenziale zum Ausdruck bringen
- sich am richtigen Platz fühlen
- andere und sich selbst begreifen



### Einsatzbereiche:

- Führungskräfte
- Mitarbeiter
- Teams
- Einzelpersonen

### Unsere Leistungen:

- Erstellen Ihrer persönlichen Potenzialanalyse (60-seitige Analyse im pdf-Format)
- Erstellen und Analyse Ihres persönlichen Wertesystemes (Graves Wertemodell – Value System – Spiral Dynamics)
- anschließendes Coaching und Umsetzungsbegleitung Ihrer individuellen Themen und Herausforderungen

# Mediation

Mediation (lateinisch Vermittlung) ist ein strukturiertes, freiwilliges Verfahren zur konstruktiven Beilegung eines Konfliktes, bei dem unabhängige „allparteiliche“ Dritte die Konfliktparteien in ihrem Lösungsprozess begleiten. Die Konfliktparteien, auch Medianten oder Medianden genannt, versuchen dabei zu einer gemeinsamen Vereinbarung zu gelangen, die ihren Bedürfnissen und Interessen entspricht.



Wichtigste Grundidee der Mediation ist die Eigenverantwortlichkeit der Konfliktparteien: Der Mediator ist verantwortlich für den Prozess, die Parteien sind verantwortlich für den Inhalt.

*Dahinter steht der Gedanke, dass die Beteiligten eines Konflikts selbst am besten wissen, wie dieser zu lösen ist und vom Mediator lediglich auf dem Weg dorthin Unterstützung benötigen.*

Das Ziel der Mediation ist die einvernehmliche, außergerichtliche Lösung eines Konfliktes – möglichst durch den wechselseitigen Austausch über die Konflikthintergründe und mit einer verbindlichen, in die Zukunft weisenden Vereinbarung der Teilnehmer. Im Unterschied zu einem Gerichtsverfahren sollen im Rahmen einer Mediation beide Konfliktparteien gewinnen – anzustreben ist ein Win-Win-Ergebnis.

### Mögliche Themen:

- Konflikte bei Erbschaften, Schenkungen, Vermögensnachfolge und Vermögensaufteilungen bei Privatpersonen und Unternehmen
- Paarkonflikte während Ehe / Partnerschaft (proaktive Partnermediation)
- Paarkonflikte während Trennungsphase (Scheidungsmediation)
- Crossborder-Familienmediation
- Teamkonflikte
- Beziehungskonflikte
- Sorgerechtsstreitigkeiten
- Unterhaltsregelung
- Besuchsregelung
- Familienkonflikte
- Nachbarschaftskonflikte

# Supervision

Supervision (lateinisch Über-Blick) ist die professionelle lösungs- und zielorientierte Beratung von Gruppen und Teams in Veränderungs- und Weiterentwicklungsprozessen.

Supervision dient ganz allgemein der Verbesserung beruflicher Arbeit. Sie schafft Reflexionsräume und ermöglicht ein vertieftes Verstehen beruflicher Realität, indem sie eine Situation aus verschiedenen Blickwinkeln und Dimensionen analysiert und erörtert.



Einzelpersonen, Gruppen und Organisationen lernen in der Supervision ihr berufliches oder ehrenamtliches Handeln zu prüfen und zu verbessern. Dazu vereinbaren die Teilnehmer mit dem Supervisor Ziele. Inhalte sind die praktische Arbeit, die Rollen- und Beziehungsdynamik zwischen Mitarbeiter und Klient, Kunde bzw. Patient, die Zusammenarbeit im Team oder auch in der Organisation.

Supervision kann ähnlich wie das Coaching im Einzelgespräch oder in der Gruppe stattfinden..



## Je nach Zielvereinbarung liegt der Fokus auf:

- Methodenkompetenz
- Werte und Normen
- Persönlichkeitsmerkmalen
- Gefühlen und Gedanken
- Verhalten
- persönlicher Entwicklung
- Spiritualität
- Zielen und Strategien
- Reflexion der Zusammenarbeit im Team bzw. in der Organisation
- Verbesserung der Kommunikation
- Umgang mit Konflikten zwischen Mitarbeitern
- Schnittstellen und Synergien
- Rollenerwartungen und Rollenverhalten
- Entwickeln von Lösungsstrategien von Problemen
- Reflexion von Diagnosen von Klienten (Fallsupervision)
- Aufbau- und Ablauforganisation – Umsetzung von Zielen
- Führung, Macht und Verantwortung
- Veränderungs- und Weiterentwicklungsprozessen
- Entscheidungsprozessen
- Information und Dokumentation
- Qualitätsmanagement
- Der Rolle von Berufsanfängern
- Einführung und Integration neuer Mitarbeiter
- Erhöhung der Motivation und Arbeitszufriedenheit von Mitarbeitern

# Supervision

## Unsere Leistungen:

### **Einzelsupervision**

In der Einzelsupervision bespricht ein Supervisand seine berufliche Situation im Einzelgespräch mit einem Supervisor. Inhalt sind insbesondere persönliches Verhalten und die zugrundeliegenden Werte, Erfahrungen, Gedanken und Gefühle.

Vorteil der Einzelsupervision ist es, dass manchmal intime Fragen leichter eingebracht werden.

### **Fallsupervision**

In der Fallsupervision treffen sich Vertreter verschiedener Berufe oder Mitglieder eines Teams, um die Besonderheiten eines bestimmten Klienten oder Patienten zu besprechen und den Umgang mit ihm zu planen und zu verbessern. Ziele sind Entlastung der Betreuenden und Verbesserung der Betreuung. Die Gruppe dient dabei als Spiegel, in dem Konflikte und Ressourcen deutlich werden und Lösungen gefunden werden können. Hierbei ist der Klient nicht anwesend.

Fallsupervision ist ebenfalls sinnvoll, wenn mehrere Institutionen mit dem gleichen Klienten beschäftigt sind: Sozialamt, Jugendamt, Psychiater, Gericht, Partner/Familie, und natürlich die oder der Betroffene selbst.



## Gruppensupervision

In der Gruppensupervision treffen sich Supervisanden aus unterschiedlichen Institutionen und oft auch aus unterschiedlichen Berufsfeldern und tauschen sich über ihre Erfahrungen und Probleme unter Anleitung eines Supervisors aus.

Jeder Teilnehmende erhält abwechselnd Raum sich einzubringen und für sich zu lernen. Auch hier dient die Gruppe als Spiegel, in dem Konflikte und Ressourcen deutlich werden und Lösungen gefunden werden können.

Vorteil der Gruppensupervision ist es, dass Erfahrungen aus unterschiedlichen Organisationen und deren Methoden und Kultur zusammenkommen und so den Blick öffnen.

## Teamsupervision

In der Teamsupervision steht der Umgang der Teammitglieder miteinander im Vordergrund. Teilnehmer sind die Mitarbeiter eines Arbeitsteams oder eines Ausbildungsteams.

Ziel ist ein gemeinsames Lernen, Synergie und Lösungen zu finden.

Inhalte sind: Zusammenarbeit, Ziele, Prozesse, Strukturen, Werte und Kultur. Dazu gehören auch persönliche Themen, - diese werden aber nur soweit behandelt, als sie den gemeinsamen Prozess in besonderem Maße hindern oder fördern.

**Der optimal-individuelle Umgang mit Klienten ist übergeordnetes Ziel.**

Vorteil der Teamsupervision ist es, dass das Gelernte anschließend gemeinsam in die Praxis umgesetzt werden kann.

# Persönlichkeitstraining

## Wie sie von einem Personal-Coach profitieren können?

Wer sein Tennisspiel optimieren oder seinen Körper in Form bringen möchte, zieht ohne Zweifel einen Coach zu Rate.

Warum also kein Coach, um die Karriere oder sein persönliches Leben zu verbessern?

In unserem Alltag müssen wir ununterbrochen Unmengen von Wahrnehmungen, Veränderungen und Erfahrungen verarbeiten!



Wir nehmen uns kaum Zeit, um Eindrücke zu sortieren und darüber nachzudenken, was wir möchten, wohin wir wollen und was unsere Ziele sind.

Wer sich Veränderungen im Leben, im Job, zu Hause oder in der Partnerschaft wünscht, muss vorerst verstehen, was hierfür verändert werden muss.

- Wollen Sie ihre Karriere vorantreiben?
- Wollen Sie die richtigen Leute im Team haben?
- Benötigen Sie neue Kommunikationstechniken?
  - Wollen Sie Ihren Aufgabenbereich ändern?
  - Wollen Sie ihr eigenes Business gründen?
- Wollen Sie ein besseres, produktiveres Arbeitsumfeld schaffen?
- **Benötigen Sie Unterstützung bei einem bedeutendem Lebenswandel?**



### **Unsere Leistungen:**

- Stress- und Energielevelmessung (HRV-Biofeedbackanalyse)
- Erstellen Ihrer persönlichen Potenzialanalyse (60-seitige Analyse im pdf-Format)
- Erstellen und Analyse Ihres persönlichen Wertesystemes (Graves Wertemodell – Value System – Spiral Dynamics)
- anschließendes Coaching und Umsetzungsbegleitung Ihrer individuellen Themen und Herausforderungen
- Time Line Therapy® (Lösen von Glaubenssätzen und negativen Emotionen)

# Beziehungs-, Familien-, Paarcoaching

## Finden Sie rasch zu einem harmonischen Miteinander!

Nutzen Sie alle **IHRE POTENZIALE** für eine erfüllte Beziehung!  
Verstehen Sie die Bedürfnisse Ihres Partners und lernen Sie, seine Sprache zu sprechen.  
Das ist das Erfolgsgeheimnis jeder funktionierenden Beziehung!

Um die Beziehung zu den wichtigsten Menschen in unserem Leben verstehen zu können, müssen wir jedoch zuallererst uns selber verstehen. Werden Sie zum erfolgreichen Beziehungsmanager, damit Ihre Partnerschaft ein voller Erfolg wird!

Die Fähigkeit sich der eigenen Stärken, Potenziale und Motivationen bewusst zu sein, aber auch die eigenen Schwächen und Fehlerquellen klar zu sehen, sowie die Stärken Ihres Partners anzuerkennen und würdigen zu können, wird Sie in die Lage versetzen, jede Situation wertschätzend zu meistern und mit Problemen und Herausforderungen souverän umzugehen.

## Mögliche Themen:

- Wie wird aus einem nervenaufreibenden Rosenkrieg ein respektvoller und letztendlich friedlicher Umgang?
- Trennungsbegleitung
- Kommunikationstechniken (Erkennen und Lösen von Kommunikationsproblemen)
- Konfliktmediation
- Wenn es noch Liebe ist..? (Der Beziehung eine Chance geben!)
- Beziehungsprobleme lösen
- Leidenschaft, Hingabe und Sexualität
- Gemeinsam durch eine Krankheit
- Tod eines Partners, Familienmitgliedes oder Kindes



## Unsere Leistungen:

- Messen des aktuellen **Energielevels** und lernen, wie Ihre verfügbare Energie gesteigert werden kann (HRV-Biofeedbackmessung)
- Feststellen des körperlichen **Fitnesslevels** und erfahren, wie Sie die Regulationsfähigkeit Ihres Körpers verbessern können
- Feststellen des aktuellen **Stresslevels** und testen, was Sie in Balance hält oder bringen kann
- Den aktuellen Versorgungszustand Ihrer Zellen mit Sauerstoff beobachten und lernen, wie Sie Ihre Leistungsfähigkeit steigern können
- Sehen und verstehen lernen, welche Auswirkungen Gedanken, Gefühle, Ängste, Speisen, Getränke, Farben, Musik etc. haben
- Auflösen von Traumata, Glaubenssätzen und negativen Emotionen (Time Line Therapy ®)
- Auflösen von Traumata der Vorgenerationen (Aufstellungsarbeit)
- Paar-/Teampotenzialanalysen - siehe Potenzialanalyse
- Anschließendes Coaching und Umsetzungsbegleitung Ihrer individuellen Themen und Herausforderungen

# Kommunikations- & Mitarbeitertraining Teamentwicklung

**Wie wird aus einer Gruppe von Einzelpersönlichkeiten**



**ein motiviertes und erfolgreiches Team?**

Je kreativer und dynamischer die Gruppe ist, desto leichter können unter Umständen Spannungen entstehen, die häufig lediglich in der Unterschiedlichkeit der individuellen Persönlichkeiten begründet ist und ein erfolgreiches Ergebnis eventuell in Frage stellt.

Da sich soziale Systeme verändern, wenn sich mindestens ein Mitglied verändert, führt das Coachen von einzelnen Organisationsmitgliedern auch zu Gesamtveränderungen im Team.

Daher ist das Coaching von einzelnen Teammitgliedern ein effektives Begleitinstrument in erfolgreichen Organisationsentwicklungsprozessen.



**Unsere Coaches analysieren die Situation in bestehenden Teams und machen die Ergebnisse der Teamanalyse für alle Teammitglieder in wertschätzender Form erlebbar.**



Der Fokus des *Proharmonia*-Coaches liegt je nach Bedarf schwerpunktmäßig auf der Entwicklung des kreativen Potenzials od. / u. auf der Entwicklung optimaler Kommunikationsstrukturen.

- Welche Persönlichkeitstypen gibt es?
  - Wo liegen deren Stärken?
  - Wie reagieren diese auf Stress?
    - Wie kommunizieren sie?
  - Wo liegen meine eigenen Stärken?
- Wie kann ich mich optimal ins Team einbringen?

# Kommunikations- & Mitarbeitertraining Teamentwicklung

Im Verlauf des 2-tägigen Workshops, an dem alle Gruppenmitglieder teilnehmen, werden je nach den Bedürfnissen der TeilnehmerInnen Fragen des Betriebsklimas, der Organisations- und Kommunikationsstruktur sowie deren Effizienz diskutiert und in den neuen Bewusstseinskontext gestellt.



Die Workshop-Gestaltung ist dynamisch; Immer ist sie jedoch zu 100 % auf die im Strategieworkshop erarbeiteten Bedürfnisse der Gruppe abgestimmt!

**Wir arbeiten ausschließlich erkenntnis- und lösungsorientiert!**

## Mögliche Themen:

- Wie wollen wir die vorhandenen Potenziale und Ressourcen im neuen Umfeld nutzen?
- Können wir alles abdecken und Erfolge sicherstellen oder brauchen wir zusätzliche Ressourcen?
- Wie wollen wir unsere Rollen gemäß unseren Stärken optimal verteilen?
- Welche Persönlichkeitstypen mit welchen spezifischen Stärken brauchen wir im Team und im Betriebsumfeld, um erfolgreich zu sein?
- Was ist uns als Team im Umgang miteinander besonders wichtig?
- Was ist uns im Umgang mit Führungskräften/Kunden wichtig?
- Wie kommunizieren wir erfolgreich mit den verschiedenen Persönlichkeitstypen?

Im Anschluss stehen unsere Coaches gerne einzelnen Teammitgliedern im Bedarfsfall als Personal-Coach zur Begleitung des Umsetzungsprozesses zur Verfügung.

## Unsere Leistungen:

Stress- u. Energielevelmessungen (HRV-Biofeedbackanalyse) •

Teamanalyse (Potenzialanalyse + Graveswertemodell) •

Teamentwicklung •

Mitarbeiter-Coaching •

Burnout-Prävention •



proharmonia

# Führungstraining

## Warum?

Globalisierung und technischer Fortschritt schaffen eine sich schnell wandelnde Unternehmensumwelt, die in der Literatur auch als VUCA-Welt beschrieben wird.

Volatilität -> Unsicherheit -> Komplexität -> Ambiguität

Aus meiner Erfahrung als Beraterin als auch als Führungskraft habe ich gelernt, dass Mitarbeiter, besonders in unsicheren Zeiten, einen stabilen Fels in der Brandung benötigen.

Aber welche Eigenschaften und Fähigkeiten müssen Führungskräfte besitzen, um ein modernes, attraktives Arbeitsumfeld zu schaffen, indem sich **ALLE** wohlfühlen und motiviert zum Erfolg des Unternehmens beitragen.





Es geht um **SIE!**

-> als Mensch und Verantwortungsträger!

Leadership umfasst jeden Bereich des Lebens – privat sowie beruflich. WAHRES Leadership ist überall gefragt, in jedem Unternehmen, jeder Organisation, jedem Verein, jeder Sportmannschaft und jeder Familie.

- Wir erweitern mit Ihnen neue Perspektiven rund um das aktive und positive Wahrnehmen Ihrer Führungsverantwortung.
- Wir vermitteln in Zeiten der permanenten Veränderung Orientierung und zeigen Ihnen Wege und Möglichkeiten, wie Sie sich selbst und andere weiterentwickeln können.
- Wir erarbeiten mit Ihnen gemeinsam Strategien, um eventuelle Konflikte zu lösen und Teams erfolgreich zusammenzustellen und zu führen.

### Unsere Leistungen:

- Stress- und Energielevelmessung (HRV-Biofeedbackanalyse)
- Burnout-Prävention
- Erstellen Ihrer persönlichen Potenzialanalyse (60-seitige Analyse im pdf-Format)
- Erstellen und Analyse Ihres persönlichen Wertesystemes (Graves Wertemodell - Value System - Spiral Dynamics)
- anschließendes Coaching und Umsetzungsbegleitung Ihrer individuellen Themen und Herausforderungen



# Bioscananalysen

## Was ist eine Bioscananalyse?

- Bioscan-swa (Skalar Wave Analyzer) ist ein computergestütztes Analyseverfahren
- in 90 Sekunden über 250 Parameter, die wichtige Hinweise auf Dysbalancen und Abweichungen geben
- mit Laborergebnissen vergleichbar
- Werte grafisch detailliert aufbereitet
- Ergebnisse sofort verfügbar
- schmerzfrei und nicht invasiv
- keine Blutabnahme erforderlich
- Verlaufskontrolle

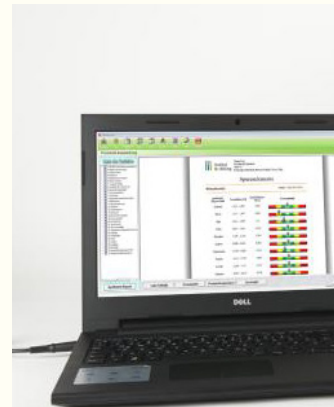


Das bioscan-swa analysiert die elektromagnetischen Wellensignale, die durch den menschlichen Körper erzeugt werden.

Die Frequenz und die Energie der magnetischen Felder des menschlichen Körpers lassen sich über einen Sensor bestimmen.

Über einen Resonanzvergleich können Abweichungen von den Normwerten bestimmt werden.

Die Funktionsweise des bioscan-swa ähnelt sehr stark der Zellkommunikation im menschlichen Körper. So ist es möglich, Informationen über Mängel, Überschüsse, Stress und Dysbalancen unseres Systems zu erhalten.



Bioscan-swa schließt hoch-technologische Forschungsprojekte von Medizin, Lebensinformatik, Elektrotechnik und anderen Wissenschaften ein.

### Einsatzbereiche:

- Kardiovaskuläre und zerebrovaskuläre Störungen
- Magen-, Darmfunktion
- Leber, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse
- Nieren- und Lungenfunktion
- Augen
- Knochenerkrankungen, Knochendichte und -wachstum
- Prostata oder Gynäkologie
- Gehirnnerven
- Brust
- Homotoxine
- Vitamine
- Schwermetalle
- Blutzucker
- Immunsystem
- Spurenelemente
- Haut und Allergien
- Endokrines System
- Gewicht & Body Index
- Allgemeiner körperlicher Zustand



### Unsere Leistungen:

- Messen von 250 Gesundheitsparametern
- Auswertung und Analyse
- individuelle Problemlösung

# Time Line Therapy®

## Was ist Time Line Therapy®?

Alle Erlebnisse und Gefühle, die Sie im Laufe Ihres Lebens gespeichert haben, liegen in Ihrem Unterbewusstsein begraben.

Verschüttete (meist negative) Ereignisse machen uns das Leben oft schwer. Auf neue Ereignisse reagieren wir, gesteuert durch unsere unterbewusst gespeicherten Erfahrungen, ohne dass uns dies bewusst ist.

Seelische Blockaden behindern immer den Energiefluss im Körper. Jeder Mensch organisiert seine Erinnerungen auf einer Art Zeitachse bzw. Zeitlinie oder eben englisch „time line“ genannt.

Beim Time-Line-Coaching gehen Sie in einem Trancezustand auf der Zeitlinie Ihres Lebens zurück, um an ungünstige negative Erinnerungen bzw. Prägungen heranzukommen, die Ihr Leben begrenzen und einschränken.

! Time Line Therapy® hilft, negative Emotionen gehen zu lassen und Lernerfahrungen mitzunehmen. !

## Einsatzbereiche der Time Line Therapy®:

- Veränderung von Erinnerungen (Repräsentation von Ereignissen)
- Wandlung negativer Gefühle und Emotionen
- Beseitigung von Phobien
- Lösen von Glaubenssätzen
- Erschaffung einer unwiderstehlichen Zukunft ->





# Trance

## Was ist Trance?

Trance ist der Zustand in der Hypnose stattfindet.

Der Begriff „Trance“ ist abgeleitet von dem Wort „transire“ und bedeutet Hinübergehen in einen veränderten, entspannten Bewusstseinszustand.

## Einsatzbereiche der Trance:

- Selbsthypnose und psychische Eigenveränderung
  - Hypnotherapie in der Psychosomatik
  - Glaubensbedingungen für heilende oder todbringende innere Haltungen
  - Raucherentwöhnung
  - Alkoholentwöhnung
  - Übergewicht
  - Regression
  - Diagnosen als Suggestionen
- 

proharmonia

  - Sexuelle Störungen
  - Schlafstörungen
  - Stress, Zwänge, Phobien



# Scenar- Biofeedback- behandlung

## Was ist ein Scenar?

Die SCENAR-Therapie ist eine holistische Behandlungsweise, die das vegetative Nervensystem reguliert. Elektrische Impulse mit einer Konfiguration, wie endogene Nervenimpulse, werden über die Haut dem Nervensystem appliziert.

Es handelt sich dabei um eine Form von Elektrotherapie, welche in keiner Weise den bisherigen weitverbreiteten Therapien, wie z.B. TENS ähnelt.

Das Ziel der Therapie ist, die Adaptionfähigkeit des Organismus zu verbessern. Praktisch ist das nur möglich über eine Optimierung möglichst vieler, am besten aller Körperfunktionen.

Das Ergebnis ist somit nicht nur die Verbesserung eines einzelnen Körperteils bzw. eines Organsystems, sondern des gesamten Organismus.

Molekularbiologisch werden durch Scenar sämtliche Körperfunktionen und zellbiologische Prozesse angeregt und damit die Selbstheilungskräfte aktiviert. Dies erfolgt durch eine starke Neuropeptidausschüttung im Gehirn (Biochemie).

## Unsere Leistungen:

- Schmerztherapie in unserer Praxis
- Vermietung von Scenar-Therapiegeräten für zu Hause



### Einsatzbereiche:

- Frakturen
- Störungen des Nervensystems
- Atemwegs- und Lungenprobleme
- Sämtliche Störungen des HNO-Bereiches
- Störungen im Immun- und endokrinen System
- Störungen des gastro-intestinal Traktes
- Beschwerden im Augenbereich
- Verbrennungen, Insektenstichen, allergischen Reaktionen
- Ernährungs- und stoffwechselbedingte Erkrankungen
- Folgen langen Stresses, wie chronische Müdigkeit & Erschöpfung
- Störungen des kardio-vaskulären, muskulo-skelettalen und uro-genitalen Systems

# Heilmassagen, Physiotherapie, psychoenergetische Kinesiologie

## Balance für Körper, Geist & Seele

Es ist unsere Aufgabe, gemeinsam mit Ihnen ein persönliches und maßgeschneidertes Konzept zu entwickeln, um eventuell vorhandene Ungleichgewichte in Ihrem Leben zu beseitigen und daraus einen freudvollen Erfahrungsprozess zu gestalten.

Unser höchstes Ziel ist es, Körper, Geist und Seele in einer Zeit rasanten Wandels mit zunehmend intensiveren Stressfaktoren und damit zusammenhängenden Konsequenzen wieder in Einklang zu bringen.



proharmonia

Themen wie Burnout, Schlaflosigkeit, Bluthochdruck, Immunschwäche, Allergien und andere Unverträglichkeiten, chronische Krankheiten, Partnerschafts- und Sexualprobleme stehen so im holistischen Fokus unseres Therapiebogens.

Unser Spektrum reicht von der Massage über effektive neuste Behandlungsformen bis hin zur psychoenergetische Kinesiologie.

## Unsere Leistungen:

- Klassische Heilmassage
- Lymphdrainage
- Bindegewebsmassage
- Segmentmassage



- Akupunktmeridianmassage
- Triggerpunktmassage
- Sportmassage
- Schröpfen

- Dorn-Breuss-Behandlung
- Elektrotherapie
- Narbenbehandlung
- Schmerztherapie



- Psychoenergetische Kinesiologie
- Kinesiotaping
- Physiotherapie
- Faszientherapie

## Was ist psychoenergetische Kinesiologie?

Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode, um die natürliche Lebensenergie und das seelische Gleichgewicht des Menschen zu aktivieren. Der kinesiologische Muskeltest gibt uns Auskunft über physische und psychische Disharmonien in Körper, Geist und Seele.

Trotz vieler unbestrittener technischer Fortschritte und vieler Erfolge in der Behandlung bestimmter Krankheiten, ist der allgemeine Gesundheitszustand in den letzten Jahren weder besser geworden noch fühlen wir uns wohler. Im Umfeld dieser Desillusionierung wurde nach Alternativen und neuen Methoden gesucht, die uns neue Ansätze und Hoffnungen bieten können.

Ein neues Verständnis von Gesundheit wurde damit geweckt,- der Begriff "**Holistische Medizin**" hat sich etabliert. Es ist wieder Zeit, dass wir die Verantwortung für unsere Gesundheit übernehmen und zu unserer Gesunderhaltung beitragen.

John F. Thie begann 1970 ein System aufzubauen, das leicht erlernbar ist, keine Nebenwirkungen hat und die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert. Er geht davon aus, dass Gesundheit von innen heraus entsteht, dass die dem Körper angeborene Intelligenz verbunden ist mit der universellen Intelligenz, die die Welt in Gang hält, - einem hochpräzisen Uhrwerk gleicht.




Der Mensch ist ein strukturelles, bio-chemisches und psychologisch spirituelles Wesen. Seine Grundstruktur und physiologischen Funktionen arbeiten zusammen, beeinflussen seine Psyche und umgekehrt.

Krankheit bedeutet immer eine Abweichung vom Normalzustand, egal wie sich die Symptome ausdrücken. Spätestens wenn wir vom Normalzustand abweichen, sollten wir etwas unternehmen, anstatt zu warten, bis wir eine Krankheit beim Namen nennen können.



Proharmonia hat sich als UMFASSENDE consulting & concept company zum Ziel gesetzt, individuell-ausgewogene und spezielle Tools einzusetzen,

um

-  bestehende Strukturen wie große und kleine Unternehmen, Teams und Beziehungen systemisch zu beraten
-  Veränderungsprozesse zu begleiten, um
-  generell aus einem bestehende Minus ein für alle Beteiligten überzeugendes Plus zu machen.

-> Der Mensch sollte dabei immer im Vordergrund stehen und die Erkenntnis, dass „Alles mit Allem“ verbunden ist gefördert werden.

**Wir bieten ganzheitliche Konzepte für  
Ihren persönlichen Lifestyle!**



# petit casa christine

Sie  
möchten  
sich  
Zeit  
nehmen  
?



Sie  
brauchen  
eine  
Auszeit  
?

um  
hinzuschauen.  
zu verstehen.  
zu verarbeiten.  
loszulassen.  
auszuruhen.

Wir bieten Ihnen dafür den  
idealen Platz mitten in der  
wundervollen, einzigartigen  
Natur und Kraftquelle des  
Tramuntana Gebirges in Sóller

vom Leben.  
dem Job.  
der Beziehung.  
belastenden  
Lebenssituation.

zur  
Selbstfindung.  
Zukunftsplanung.  
kompletten  
Neuorientierung.

- dem 'Tal des Goldes' und  
'der Orangen' -



unter der Sonne  
und am Meer  
von Mallorca.





Korrekturschleifen

Wertschätzung

sportliche  
Aktivitäten

Inspiration

teambildende  
Maßnahmen

Brain-  
storming

Teamgeist

Stärke

Berge

kreativ  
weiterbilden

Natur

niveuvolles, intimes Ambiente

Erlebnis

Kraft  
und Energie

Kommunikation

# Leben

Coachen

Gedanken-  
spiele

zu jeder Jahreszeit

Balance  
finden

Beraten

Begleiten

Umsorgt  
sein

Trainieren

Genuss

Wohlfühlen  
und Ankommen

Liebe  
zum Detail

Leben

spektakuläre  
Landschaft

kurze bis lange  
Wanderungen

Tel.: +43 676 780 1992

Mail: office@proharmonia.at

Web: www.proharmonia.at



Anna Walderdorff • MBA, CMC

Unternehmensberaterin, Coach &  
Wirtschaftsmediatorin

- Certified Management Consultant
- Certified Business Coach
- Lebens- und Sozialberaterin
- Persönlichkeits-Analytikerin
- HRV-Coach
- NLP Master-Practitioner
- Hypnose Master-Practitioner
- Time Line Therapy® Master-Practitioner

Spezialgebiete:

- Führungskräfte- und Karriere-Coaching
- HRV-gestützte Persönlichkeits- & Potenzialanalysen
- Team-Analysen & Team-Training
- Unterstützung bei Veränderungsprozessen und Beziehungskrisen
- HRV-gestützte Burnout-Früherkennung & Prävention
- Mediation
- Supervision



proharmonia

Office Austria:

Feldstraße 40

A-2483 Ebreichsdorf

Office Mallorca:

Cristobal Piza 9

E-07100 Sóller