

# Naturreflexionen

## in der therapeutischen Arbeit

### mit Imagination, Körpergewahrsein



Mona Vogt, Jahrgang 1962  
**Therapie & Beratung®**

Dipl. Somatic Experiencing© Practitioner  
Dipl. Imaginationstherapeutin SVNH  
Dipl. Farbtherapeutin AGP  
Zertifikat Burnout-Beraterin  
Zertifikat System. Aufstellungen  
Zertifikat MikronährstoffCoach®

Krankenkassenanerkennung  
mit Zusatzversicherung

8800 Thalwil, 10 min ab BH Zürich  
8915 Hausen a. A.

[www.therapie-beratung.ch](http://www.therapie-beratung.ch)  
+41 (0)44 761 34 04



+41 (0)44 761 34 04  
[info@therapie-beratung.ch](mailto:info@therapie-beratung.ch)  
[www.therapie-beratung.ch](http://www.therapie-beratung.ch)



Die Natur lebt uns Entsprechungen vor. In der therapeutischen Arbeit finden wir mit Imagination, situative und persönliche Befindlichkeiten, Anliegen und Themenbereiche widerspiegelt. Der aktuelle Energiehaushalt wird reflektiert. Mit den Methoden Körpergewahrsein und Atembewusstsein lehren Sie, Ressourcen zu festigen.

- Über Naturzyklen situative Ressourcen schöpfen
- Persönlicher Rhythmus und Körperenergiefluss verdeutlichen
- Regenerations- und
- Regulationsprozesse einleiten
- Potentielle Ideen, Werte und Fähigkeiten in Entfaltung bringen

**Therapie & Beratung®**  
Lösungen finden  
Potential entfalten

Mona Vogt, Thalwil ZH



## Bäume als Kraftspender

- Regenerations- und Vitalkräfte erneuern
- Durch Zentrierung die Stabilität verstärken
- Mit Verwurzelung die Standfestigkeit verankern
- Eingebundensein erfahren
- Unsere Persönlichkeit mit klaren Grenzen festigen
- um unseren Platz in vollem Umfang einzunehmen

## Pflanzenbilder Entfaltungsbilder

Pflanzen helfen uns, Gefühlskräfte zur Blüte, brachliegendes Potential zur Entfaltung zu bringen.

Seelenqualitäten erkennen und nachhaltig in unser pers. System und Lebensbereiche integrieren.

## Krafttiere festigen Charaktereigenschaften

- Wie:
  - integre, innere und äussere Haltung einzunehmen
  - verschiedenen Verhaltensreaktionen zuzuordnen
  - Authentisch, adäquates Verhalten zu leben
  - Verteidigungsmechanismen, die Stressreaktionen und Symptome mit sich bringen, natürlich zu regulieren
- um:
  - die gebündelten Energien angemessen einzusetzen
  - flexibel und entspannter zu reagieren,
  - damit sich die Widerstandsfähigkeit erneuert

