

Meine Methode...

Ich begleite Sie dabei, eine neue Balance zu finden, die es Ihnen ermöglicht zu sortieren, aufzuräumen, loszulassen und manche Dinge neu zu strukturieren.

Dazu nutze ich zwei Wege:

Zum einen unterstütze ich Ihren persönlichen Reflexions- und Entscheidungsprozess durch Fragen. Ich gebe Impulse und neue Denkanstöße. Dazu nutze ich psychoanalytische Ansätze, Methoden der systemischen Beratung sowie kreative Techniken.

Zum anderen gebe ich Ihnen praktische Übungen zum schrittweisen Entrümpeln an die Hand. Aussortieren und Ordnung schaffen kann gelernt werden, wenn man regelmäßig übt.

Jede Beratungssitzung enthält beide Aspekte:

Die Selbstreflexion geht Hand in Hand mit konkreten Übungen.

Ziel dabei ist es, dass Sie selbst praktische Methoden zur regelmäßigen Entrümpelung lernen, die Sie auch nach Ende unseres gemeinsamen Beratungsprozesses weiter anwenden können.

Werden Sie Ihr eigener Entrümpelungsspezialist.

„Ich fühle mich immer wieder von neuem befreit, wenn ich ein 'Zuviel' losgelassen habe.

In diesen Momenten entscheide ich mich für das Leben im Jetzt und folge dem Fluss der Zeit und der Veränderung.“



Gabi Rimmele
Entrümpelungsberaterin
Diplom-Sozialarbeiterin
Supervisorin (DGSv)

Büro:
Czarnikauer Straße 6a
10439 Berlin
Tel: 030 – 41 93 47 74
info@gabi-rimmele.de

Beratungsraum:
Rungestraße 13
10179 Berlin

www.entruempelungsberatung.de
www.tauschmobil.de

Entrümpelungsberatung

Lebensberatung

Coaching



Leichtigkeit
und
Lebensfreude
durch

Loslassen

Was ist Ihr „Zuviel“?

Entrümpelung ist dann sinnvoll, wenn es in Ihrem Leben ein „Zuviel“ gibt...

- an Gegenständen, die den persönlichen Lebensfluss blockieren,
- an alten Gedankenmustern oder Gewohnheiten, die einengen,
- an Beziehungen, die gepflegt werden, obwohl sie einem nicht gut tun,
- an Aktivitäten, die Stress verursachen.

Gibt es in Ihrem Leben ein „Zuviel“, das Sie daran hindert, Ihre Träume, Wünsche und Ideen zu verwirklichen?

„Was ist Ihr ‘Zuviel’, mit dem Sie aufräumen möchten?“

Entrümpelungsberatung

Meine Art der Entrümpelungsberatung ist...

- eine Lebensberatung für Menschen, die sich von Altem befreien und Raum für Neues schaffen wollen.
- eine Entdeckungsreise, auf der Sie sich selbst besser kennen lernen.

In der Beratung gehen wir der Frage nach:

„Was brauchen Sie, um gut zu leben?“

Sie lernen zu unterscheiden, was Ihnen dabei hilft und was Sie behindert.

Sie selbst entscheiden, was Sie loslassen, aufräumen oder weggeben wollen.

Wenn Sie loslassen können, entsteht Weite und Leichtigkeit. Es ist wie eine frische Brise, die den alten Staub wegbläst, tief durchatmen läßt und neue Lebensenergie bringt.

Aufräumen und loslassen...

...wozu?

Entrümpeln schafft...

- mehr Zufriedenheit, mehr Leichtigkeit und eine höhere Lebensqualität.
- mehr Selbstbestimmung über Ihren Raum, Ihre Beziehungen, Ihre Zeit.
- die Fähigkeit, Prioritäten zu setzen und Entscheidungen zu treffen.

„Was gewinnen Sie von einem Entrümpelungsprozess?“

- „Meine Wohnung wirkt größer und heller.“
- „Ich habe mehr Platz für meine Gäste.“
- „Meine Freundschaften fühlen sich gut an.“
- „Ich habe mehr ‚freie‘ Zeit.“
- „Ich fühle mich leichter und unbeschwerter.“