

## Oberösterreich



### Margot Hölzl

Kontaktperson Oberösterreich

Dipl. Lebensberaterin, Systemisches Familienstellen, Clearing, Gesundheits- und Fastentrainerin, Energetikerin

[www.kristallenergie.net](http://www.kristallenergie.net)

[margot.hoelzl\(at\)kristallenergie.net](mailto:margot.hoelzl(at)kristallenergie.net)

H: +43 (0)664/43 53 295

T: +43 (0)2732/70814

### Was Hochsensitivität für mich bedeutet

Für mich ist Hochsensitivität ein Segen und auch eine Belastung.

Egal ob Kinder im Kindergarten, in der Schule oder in der Familie, mit anderen Geschwistern – hochsensitive Kinder reagieren anders und Erwachsene sind damit oft überfordert, verunsichert und reagieren zeitweilig wenig verständnisvoll.

So wächst das hochsensitive Kind mit dem Gefühl auf, es ist "anders". Sein starkes Gefühl nach Zuwendung, Zugehörigkeit, Akzeptanz und Verständnis wurde zu wenig erfüllt. Dieses Kind als hochsensitiver Erwachsener muß nun lernen, sich selbst zu lieben und akzeptieren sowie den Glauben und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken. Zu erkennen, dass die eigene Hochsensitivität dich zu einem Menschen mit ganz besonderen Gaben macht, und dass du nun die Freiheit hast, diese Gaben als persönliche Stärke zu leben.

Ich erlebe diese nicht verstandenen, oft mit Reizen und Energien der Umgebung überforderten Kinder sowie deren fast hilflosen, sorgenvollen Eltern als Klient/innen in meiner Praxis.

Sie erinnern mich an meine eigene Kindheit, in der ich mir auch mehr Aufmerksamkeit und Zuwendung wünschte und mich viel in meine Bücher, meine eigene Welt begab, mich in der Natur und im Wasser körperlich austobte oder auch aggressiv reagierte. Da ich schon immer die Energien und Gefühle meiner Mitmenschen intensiv wahrnahm, wollte ich stets ausgleichend wirken, helfend, mit einem ausgeprägten Gerechtigkeitsinn – gelang das nicht, war ich traurig.

Heute als erwachsener Hochsensitiver Mensch mit meinen besonderen Gaben, deren Stärke ich mir durch gezielte Schulung und Ausbildung nun bewusst bin, und mit meinem Wissen will ich wieder oder noch immer helfen – doch dieses Mal "Hilfe zur Selbsthilfe" geben, damit Sie selbstbewusst mit Klarheit sowie Akzeptanz, vielleicht mit mehr Spiel- und Freiraum, Ihre eigene Hochsensitivität leben; Ihr hochsensitives Kind besser verstehen, annehmen, fördern und lieben oder in Ihrer Partnerschaft mehr Wertschätzung, Toleranz, Achtsamkeit, Gelassenheit für das jeweils "Andere Sein" möglich wird.

## **Mein Angebot für Hochsensitive Personen:**

In meiner fast 20-jährigen Tätigkeit als Lebensberaterin, Energetikerin, in der Anwendung von Kristallen und Mineralen, system. Familienstellen, QCT, im Gespräch mit der göttlichen Präsenz und als Lichtarbeiterin möchte ich gerne meine Erfahrung, mein Können und Wissen in die Arbeit mit Hochsensitiven Menschen einfließen lassen.

### **Regelmäßige Info- und Gesprächsgruppen**

Wir tauschen uns aus über unsere Erfahrungen und Erlebnisse, ebenso über Gefühle, die positiv wie negativ oft übergroß erlebt werden, über unsere Gefühlsschwankungen und zeitweise kritische Selbsteinschätzung.

In unseren Treffen widmen wir uns auch den Vorteilen von ausgeprägter Sensitivität, den jeweils persönlichen Talenten, Fähigkeiten und Stärken schenken wir genauso unsere Aufmerksamkeit, fördern sie und erfreuen uns daran.

### **Paarberatung**

Nähe und Distanz / erfüllende Sexualität, in Beziehung sein und bleiben und doch seine Freiräume / Rückzugsmöglichkeiten wahren.

### **Beratungen im beruflichen Kontext**

Selbstmanagement

Umgang mit Stress-Situationen

Burn-out-Prophylaxe

### **Bewusstseins-Erhöhung**

Sich seines Selbst bewusster werden und dadurch positive Veränderungen im eigenen Leben und im Umgang mit anderen möglich machen.

## **Meine Arbeitsweise:**

Gespräche, Energieausgleich, Blockaden lösen, Aufstellungsarbeit, Meditation, Seelenarbeit, Clearing, Lichtarbeit, Chakrenarbeit verstärkt durch Körperarbeit, einzelne Rituale und kreative Übungen.

Gruppentermine

Einzelberatung nach Terminvereinbarung

Ich freue mich, wenn ich mit meiner Erfahrung und meinen Angeboten dazu beitragen kann, dass viele Hochsensitive Menschen sich selbst besser verstehen, akzeptieren und lieben lernen und wir unseren Kindern ein besseres Verständnis entgegenbringen, sie fördern und unterstützen in ihrer Suche nach sich selbst und ihren Fähigkeiten.