



Nicht Vollkommenheit ist das Ziel.  
Zu sein, wer ich wirklich bin, ist die Absicht.



Psychologische Astrologie  
Mentaltraining

Was wir glauben was ist, wird auch sein.

## Mentaltraining

Wir sind unglaublich machtvolle Schöpfer. Unsere Überzeugungen formen unsere Wahrnehmung und gestalten unsere Welt. Scheinbar offensichtliche Chancen werden nicht erkannt, weil uns der Blick dafür fehlt. Selbstbewusstsein und Selbstwert lassen sich durch blockierende Glaubenssätze („Ich schaffe das nicht ...!“) nur allzu leicht ausschalten. Letztendlich trifft die Entscheidung über Erfolg oder Scheitern nicht selten der Kopf.

- Es geht nicht darum, mittels Gedankenkraft Ziele zu erzwingen.
- Es geht um Genuss und Freude an dem was man tut.
- Es geht um eine innere, konstruktive Einstellung.
- Es geht um ein Bewusstsein, dass scheinbar Unmögliches möglich ist.
- Es geht um eigenverantwortliches Handeln, ohne das kein Ziel erreicht wird.

Mentale Stärke, die Ausrichtung auf ein Ziel und das Loslassen blockierender Einstellungen lässt sich trainieren. Durch mentale Trainingsmethoden werden die Vorstellungskraft sowie das Gefühl auf einen gewünschten Zielzustand ausgerichtet. Diese mentale Verankerung stärkt den Menschen und unterstützt ihn bei seiner Zielerreichung.



Wer bestimmt,  
wer ich bin?



Wo liegen meine  
Grenzen?



Lebe ich an  
meinen Grenzen?

12 Möglichkeiten unser Leben zu gestalten.

## Psychologische Astrologie

Was auch immer unser Leben aus dem Gleichgewicht bringt, es ist das Wissen um die Zusammenhänge im Leben, das es uns ermöglicht, eine sinnvolle Balance zu schaffen.

Die psychologische Astrologie beschreibt diese Zusammenhänge durch die 12 Lebensprinzipien. Durch die Betrachtung der individuellen Planetenkonstellation zum Zeitpunkt der Geburt kann festgestellt werden, in welcher Form diese 12 Prinzipien (Durchsetzung, Selbstwert, Pflichtbewusstsein etc.) jeweils zum

Ausdruck kommen. Es wird aufgezeigt, wie wir die Welt wahrnehmen und wo ein Perspektivenwechsel angebracht wäre, um Ausgleich zu schaffen.

Die psychologische Astrologie unterstützt dabei, ein Verständnis für das eigene Handeln und die individuellen Bedürfnisse zu bekommen. Sie zeigt auf, welche Entwicklungsschritte es braucht, um seine Potentiale zu entfalten.

Zu wenig Selbstverwirklichung, zu viel Stress?

Zu wenig Genuss, zu viele Verpflichtungen?

Zu wenig Selbstwert, zu viele Erwartungen?

Zu wenige Grenzen, zu viel Druck von außen?

Zu wenige Träume, zu viel Alltag?



Wie finde ich Balance?



Lebe ich nach meinen Möglichkeiten?



Welche Potentiale stecken in mir?

Manchmal braucht es etwas Zeit, um die eigene Vielfalt zu erkennen.

## ein.blick

Jede Situation birgt viele Möglichkeiten mit ihr umzugehen. Oft ist es jedoch das immer gleiche Muster, das unser Handeln bestimmt. Muster zu durchbrechen und Vielfalt zu entdecken, ist mir ein Anliegen.

Mentales Training, psychologische Astrologie und die eigene Erfahrung, dass manche Entwicklungsschritte einfach Zeit brauchen, formen meinen Beratungsansatz ein.blick. Es muss nicht immer der Leidensdruck sein, der uns zur Veränderung zwingt. Die Neugierde am Entdecken der eigenen Vielfalt kann Grund genug sein, sich selbst Einblick zu gewähren.



Zu sein, wer ich wirklich bin,  
ist meine Absicht!



Mag.<sup>a</sup> Tanja Peherstorfer  
Psychologische Astrologie  
Mentaltraining  
[www.ein-blick.at](http://www.ein-blick.at)



ein.blick

• Tauxgasse 19a, 5020 Salzburg • Lindenthalerstraße 3, 5310 Mondsee, +43(0)660-5010627, [t.peherstorfer@ein-blick.at](mailto:t.peherstorfer@ein-blick.at), [www.ein-blick.at](http://www.ein-blick.at)