

Mathilde Lohm



Mediation, kompetenz- und lösungsorientierte Beratung

Die grösste Arbeit wird klein, wenn man sie in Stücke aufteilt und nur das Nächstliegende tut.

Carl Hilty

Selbstwirksam zu sein ist auch in Ausnahmezeiten ein Bedürfnis. Hierzu braucht es Hilfsmittel, welche diese gut und zielgerichtet begleiten können.

Ein gutes Hilfsmittel ist die Time Line.

Time Line ist eine visuelle Metapher, um sich gedanklich und sinnlich einen Zielzustand erlebbar zu machen. Mittels Meilensteine werden die Schritte zum Ziel aufgeteilt. So kann das Nächstliegende angegangen werden. Der Gewinn der Time Line ist die Aktivierung der eigenen Ressourcen.

Die Time Line kann auch per Handybildschirm von zu Hause aus erfolgreich begleitet und durchgeführt werden. Es braucht dazu keinen direkten Kontakt.

www.mediation-mathildelohm.ch, info@mediation-mathildelohm.ch