

# THOMAS SOMMERER



## Die Ketten der Trauer sprengen – Das Wunder des Leben genießen! 12-Monate effektives TrauerCoach-Mentoring®

Das 12-monatige „effektive TrauerCoach-Mentoring®“ ist konzipiert für Menschen, die sich in einem langwierigen Trauerprozess befinden, als auch für Menschen die eine traumatische Erfahrung erlebt haben und immer noch darunter leiden und im allgemeinen auch für Menschen, **die sich stets in einer depressiven Stimmung befinden und endlich aus diesem Muster ausbrechen wollen!**

**Das Mentoring basiert auf der Grundannahme, daß alle Ressourcen, mit denen wir auf die Welt gekommen sind ein Leben lang zu 100% vorhanden sind.** Mit „Ressourcen“ sind die von der Natur aus vorhandenen Grundeigenschaften, die in unserem Unterbewußtsein verankert sind. Ressourcen wie zum Beispiel innere Ruhe, Ausgeglichenheit, Harmonie, Unvoreingenommenheit, Neutralität, innerer Frieden, u.v.m.

**Die Grundannahme des effektiven TrauerCoachings® basiert auf der Annahme der Neurowissenschaft, dass diese Ressourcen rund um die Uhr zu 100% vorhanden sind und nur traumatische Erlebnisse und/oder selbstkreierte Wertungen/Limitierungen, den Zugriff auf diese wundervollen Ressourcen des Lebens verhindern.**



Traumatisierte Menschen gehen oft fälschlich davon aus, daß sie zum Beispiel keine Lebensfreude mehr haben. Die wahrhaftige Bedeutung eines solchen Glaubenssatzes ist fatal. Denn wenn „Lebensfreude“ tatsächlich nicht mehr existent wäre, könnte nicht einmal der Beste Coach der Welt, nicht einmal Jesus selbst, etwas tun. Einzig und allein, weil diese Aussage bedeutet: Lebensfreude ist nicht mehr da! Die Wahrheit ist, dass, anhand des Beispiels der Lebensfreude, diese aber zu 100% vorhanden ist! **Man hat lediglich keinen Zugriff darauf, da es ein anderes Verhalten, eine ungesunde Sichtweise oder innere Haltung verhindert! In Deinem Fall ist es die Trauer!**

**Eine traumatische Erfahrung zieht eine ganze Kette an ungesunden Wertungen und Limitierung mit sich.**

Das 12-monatige Mentoringprogramm ist darauf fokussiert, ALLE Limitierungen im Zusammenhang mit Deiner persönlichen traumatischen Erfahrung aufzuspüren und in der Folge so zu verändern, daß Du wieder den Zugriff auf all die wunder-vollen Ressourcen bekommst, die Dein Leben auf fast magische Art und Weise wieder lebenswert machen. Das kreieren einer neuen zielführenden, lösungsorientierten, gesunden und wohltuenden inneren Haltung ist dabei das Hauptergebnis, welches Dich zu Dingen befähigt, von denen Du aktuell nicht einmal ansatzweise zu erträumen wagst!

# THOMAS SOMMERER



## Das 12-monatige MentoringProgramm findet Online statt.

In den ersten 4 Wochen findet 1 x pro Woche ein intensives, teils mehrstündiges MentalCoaching statt. Live über ZoomCall. Die Aufbaustruktur dieser 4 Wochen befähigt Dich, daß Du Deine gesamte innere Haltung und derzeitige Sichtweise vollkommen neu ausgerichtet hast. Genau so, wie Du es im Lauf des MentalCoachings bestimmst, definierst und festlegst!



### 1. Woche:

Du veränderst mit Hilfe des effektiven TrauerCoachings© die Art, wie Du bislang mit dem erlebten Tod, Verlust und der Trauer umgegangen bist. Dazu bekommst Du eine neue Logik und ein neues Verständnis an die Hand, welches die transformierende Grundlage für Deine Veränderung bildet.

### 2. Woche:

In der 2. Woche findet das sogenannte „StellschraubenCoaching“ statt. In dieser CoachingEinheit erarbeiten wir, was nach der 1. Woche noch Schwierigkeiten macht, um es mit Hilfe des bewährten effektiven TrauerCoachings® zu entwerfen und Dich vollkommen von aller seelischen Last zu befreien!

### 3. Woche:

Die CoachingEinheit in der 3. Woche ist eine der spannendsten Einheiten. Du lernst Deine inneren Werte kennen und entdeckst am Ende Deinen individuellen tiefen Kern, der Dich als Mensch und Individuum ausmacht. Diese Einheit wird von vielen Kunden oft als „Der Befreiungsschlag“ genannt.



### 4. Woche:

Die letzte offizielle CoachingEinheit ist wohl die wertvollste und energiereichste Einheit. Jetzt, wo Du bereits gesund trauern kannst, jetzt wo Du bereits weißt, wer Du bist und wo Du bereits Deinen innersten Kern gefunden hast, erhältst Du in der abschließenden Einheit alles an die Hand, dass Du mit großer Begeisterung Dein Leben neu aufbauen kannst und wirst. Es ist die CoachingEinheit der Zielsetzung. Nicht auf der Basis der klassischen Zielsetzungsmethoden, sondern mit tief greifenden, mentalen Techniken. Du definierst für Dich eine Anzahl von Zielen, die Du selbst bestimmst. Ich unterstütze Dich dann mit Hilfe der Methoden des effektiven TrauerCoachings©, diese Ziele auf intensive Weise zu visualisieren. Am Ende wirst Du alle visualisierten und detaillierten Ziele in Dein Gedächtnis „installieren“ können. Einem „nach vorne Preschen“ steht danach nichts mehr im Wege!

# THOMAS SOMMERER



Das wertvolle an diesem Programm ist, **daß ich Dich die kommenden 11 Monate begleite und immer für Dich da bin, wenn Du mich brauchst.** Wir haben regelmäßig über WhatsApp oder Telegramm Kontakt. Du sendest mir mindestens 1 mal pro Tag ein Audio über Deine Entwicklung, Deine Erfahrungen oder prinzipiell ein Audio, wenn du Fragen hast! Zusätzlich haben wir ein Mal im Monat einen persönlichen Live-ZoomCall für all Deine offenen Fragen.

Wenn wir ein „Schlupfloch“ oder besser gesagt eine neue oder alte Limitierung entdecken oder irgend ein altes Muster meint, es hätte noch Anspruch auf Berechtigung, dann werden **wir gemeinsam in einem weiteren abgestimmten OnlineCoaching-Termin das Störende ausmerzen.**

**Nach insgesamt 12 Monaten stehst Du aber so was von ausgerichtet im Leben, hast vermutlich viele neue Freunde gefunden und hast Dinge an Dir und in Deinem Leben entdeckt, die Dich selbst sehr beeindruckend, Dir jede Menge Spaß und Freude bringen und es Dir ermöglichen die kommenden Jahre eine Entwicklung hinzulegen, auf die Du tief im Herzen schon immer gehofft hast!**

Was würden unsere lieben Verstorbenen uns zurufen, wenn sie das könnten? Sie würden uns zurufen: **„HEY, leb' Dein Leben weiter! Hab weiter Spaß hab weiter Freude! Achte nicht auf mich – mir geht es gut, ich bin im Frieden!**



*Hey, leb' dein Leben weiter!  
Hab wieder Spaß und Freude!  
Beginne dein Leben wieder zu genießen!*

**Wie sieht es mit Dir aus? Bist Du bereit den Wunsch Deines lieben Verstorbenen zu erfüllen?**

**Wenn Du diese Frage mit einem klaren „JA“ beantworten kannst und wenn Du endlich aus dem Teufelskreis der erdrückenden Emotionen ausbrechen willst und Du bereit bist, eine neue Logik ein neues Verständnis in Dein Leben zu integrieren – wenn Du bereit bist, Dein Leben wieder zu genießen – in vollen Zügen, dann tritt eine Entscheidung. Die Entscheidung Dein Leben zielführend, lösungsorientiert, wohltuend und gesund auszurichten.**

**Im Abschlußmonat erwartet Dich ein persönliches, wertiges Abendessen mit mir persönlich. Das hast Du Dir verdient! Verdient hast Du Dir dann auch ein wertvolles Zertifikat, das ich Dir an diesem Abend offiziell überreiche!**

# THOMAS SOMMERER



Die absolute Grundvoraussetzung für ein erfolgreiches effektives TrauerCoaching® ist, dass Du die vollkommene Bereitschaft hast, Dich beim Gedanken an die verstorbene Person und/oder beim Gedanken an das erlebte Schicksal, Dich ruhig und friedlich fühlen willst!  
**Du brauchst die Bereitschaft, Dich nicht mehr mit traurigen Emotionen an das Erlebte erinnern zu wollen!**

Wenn du also diese Grundvoraussetzungen erfüllst und wie oben erwähnt, den Wunsch der geliebten verstorbenen Person erfüllen willst, dann brauchst Du uns nur noch Deinen Auftrag erteilen.

Schreibe einfach meinem Team der TrauerCoach-Academy®  
[office@trauercoach-academy.com](mailto:office@trauercoach-academy.com)

Mit allen guten Wünschen  
Dein Tom

  
TRAUER-COACH.COM