



Freiheitsfinder – eine Philosophie & innere Haltung

Freiheitsfinder ist mehr als ein Name. Es ist eine Haltung, die meine gesamte Arbeit trägt.

Die Idee dahinter ist die Überzeugung, dass das Gefühl, frei zu sein, die Grundlage für ein glückliches, zufriedenes und selbstbestimmtes Leben ist.

Wir leben heute in einer Zeit nahezu ohne existenzielle Einschränkungen – und dennoch fühlen wir uns häufig gefangen. Wir erlauben uns vieles nicht, fühlen uns durch andere blockiert oder setzen unseren eigenen Gedanken enge Grenzen.

Unfreiheit entsteht oft in uns selbst – nicht im Außen.

Der Weg zu mehr Freiheit kann daher nicht damit beginnen, äußere Umstände verändern zu wollen, sondern damit, sich auf den eigenen, inneren Blickwinkel zu konzentrieren. Es geht darum, innere Begrenzungen zu erkennen, zu beleuchten und zu verändern – damit das Gefühl von Freiheit wachsen kann.

Freiheit ist kein Zustand, den man erreicht.

Freiheit ist ein Gefühl, das wächst, wenn wir uns selbst wieder wichtig nehmen.

Ein sicherer Raum als Fundament für Veränderung

Freiheit braucht Sicherheit, um wachsen zu können. Wer sich unsicher fühlt, kann weder frei denken noch frei fühlen oder frei entscheiden.

Mit Freiheitsfinder biete ich dir einen geschützten Rahmen, einen Raum, in dem du ankommen kannst – so wie du bist, mit allem, was du mitbringst. Sowohl im



übertragenen Sinn in den Coaching-Sessions als auch ganz konkret: Wir treffen uns an deinem Wohlfühlort, in der Natur oder in meinem Bulli, einem Coaching-Raum auf Rädern.

Freiheitsfinder ist damit mehr als ein Coaching-Konzept: Es ist ein Erlebnis, das emotional wirkt, Vertrauen schafft und eine besondere Atmosphäre erzeugt

Ein Weg, der dein eigener ist

Manchmal entsteht neue Freiheit erst, wenn wir bereit sind loszulassen:
von Gewohnheiten, die uns nicht mehr dienen,
von Rollen, die zu eng geworden sind und nicht mehr passen
von Überzeugungen, die sich eher wie Phrasen anfühlen als wie ein Teil von uns.

Wer loslässt, schafft Raum für Neues:
neue Erkenntnisse, neue Perspektiven, neuen Mut für Schritte, die sich gut und richtig anfühlen.

Freiheitsfinder ist dabei wie ein **Kompass**, der dir hilft deine Richtung zu erkennen, dich neu auszurichten und Entscheidungen zu treffen, die wirklich zu dir passen. Nicht, indem Lösungen vorgegeben werden, sondern indem unterstützt wird, deine eigenen zu finden – frei von Druck, frei von Bewertung, frei von Erwartungen.

Deine Freiheit – der Einstieg in die Glückspirale

Es geht um die Freiheit, den eigenen Weg und den eigenen Wert zu erkennen, Entscheidungen bewusst zu treffen und das eigene Leben verantwortlich, aber leicht und frei zu gestalten.



Freiheit entsteht, wenn du dich sicher fühlst. Und aus dieser Sicherheit heraus kann sie wachsen.

Wer innerlich frei lebt, braucht weniger äußere Sicherheiten – keine festen Mauern, gefüllte Konten oder feste Strukturen, um sich gut zu fühlen. Wer sich innerlich frei macht von äußeren Rahmenbedingungen, gewinnt Sicherheit aus der eigenen Kraft und Stärke, aus dem Vertrauen in die eigenen Kompetenzen und in der Gewissheit, ungewisse Situationen lösungsorientiert meistern zu können.

Innere Freiheit führt also zu einem neuen Sicherheitsgefühl. Und mit dieser Sicherheit entsteht eine neue Basis, auf der deine Freiheit weiter wachsen kann.

Lass dich ein auf die Glücksspirale deines Lebens. Denn so bekommen auch Zufriedenheit, Wohlbefinden und Zuversicht Raum zu wachsen. Du musst nur einen kleinen Schritt wagen, um den Einstieg zu finden.

Die Lösung liegt in dir.
Vielleicht ist sie nur einen Gedanken weit entfernt.