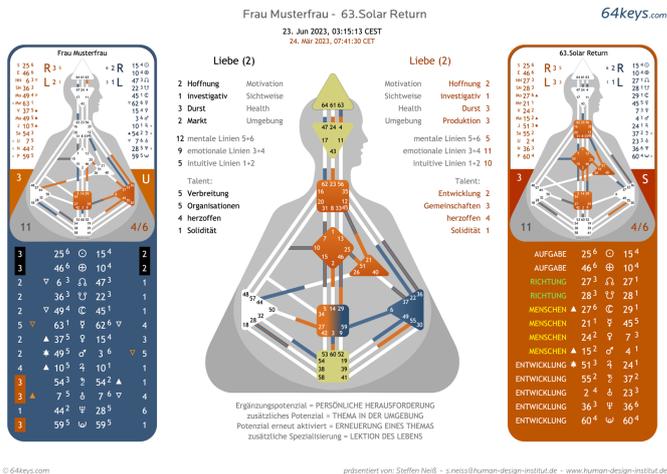




HUMAN DESIGN INSTITUT

Die HD Geburtstags-Analyse bzw.-Coaching



Human Design Coaching – Deine persönliche Gebrauchsanweisung

Stell dir vor, du sitzt in einem Karton, und deine „Gebrauchsanweisung“ steht außen darauf. Du brauchst jemanden, der sie dir „vorliest“ oder gemeinsam mit dir erarbeitet. Genau das macht **Human Design Coaching**: Es hilft dir, deine **einzigartige Struktur** zu verstehen und gezielt anzuwenden.

Die Folge?

- **Bessere Selbstwahrnehmung**
- **Mehr Selbstreflexion**
- **Stärkeres Selbstbewusstsein**
- **Das Potenzial für echte Selbstannahme und -liebe.**

Diese Gebrauchsanweisung ist dein **Werkzeug**, um **stimmige Entscheidungen** zu treffen – ob im Kleinen oder Großen. Sie hilft dir, **Widerstände** zu reduzieren und **Zufriedenheit** zu finden. Du erhältst einen **Kompass**, der dir beruflich wie privat als Orientierung dient.

Was ist Human Design?

Human Design ist die **Wissenschaft der menschlichen Differenzierung** – die Wissenschaft von unserer **Einzigartigkeit**. Das Gegenteil davon ist die sogenannte **Homogenisierung**: das Sich-Anpassen an das, was „man“ (Eltern, Gesellschaft, etc.) tun sollte. Doch das bist im Zweifelsfall gar nicht du.

Aber wer bist „du“ wirklich?

Human Design zeigt dir, wie du „designed“ bist – wie du „gebaut“ bist – und welche Konsequenzen sich daraus ergeben. Es ist überprüfbar: durch **eigene Erfahrung**. Risiken? Keine – außer, du siehst ein **authentischeres Leben** als Risiko. Ich habe Human Design zunächst sehr skeptisch getestet und seitdem in zahlreichen Coachings eingesetzt – mit **überzeugenden Ergebnissen**.



HUMAN DESIGN INSTITUT

Der Umgang mit Unsicherheit und "falschen" Entscheidungen

Oft tun wir Dinge, die **nicht wirklich „unser Ding“** sind – und führen dadurch ein Leben, das **nicht unseren wahren Fähigkeiten** entspricht.

Das ist kein Vorwurf. Wir wissen oft schlicht nicht, wie wir **richtige von falschen Entscheidungen** unterscheiden sollen. Kennst du das Gefühl: „Hätte ich doch...“ oder „Ich hab’s ja eigentlich gewusst“?

So geraten wir in Situationen, die uns nicht entsprechen, und weil keine „sichere“ Lösung erkennbar ist, machen wir weiter wie bisher. Das muss nicht sein.

Das muss aber nicht sein.

Human Design fordert dich übrigens auf, nichts zu glauben. Es lässt sich durch **eigene Erfahrung** überprüfen – ein spannender Prozess, der **sofort nach der ersten Coaching-Session** beginnt.

Die HD Geburtstags-Analyse

Die **HD Geburtstags-Analyse** ist eine häufige Erweiterung des individuellen Coachings. Das tiefe Verständnis deines eigenen Human Designs führt oft zum Wunsch, das anstehende **neue Lebensjahr** bewusster zu gestalten. Jedes Jahr, an deinem Geburtstag, steht die Sonne wieder am gleichen Punkt wie bei deiner Geburt. Bei dieser **Zyklus-Analyse des sogenannten Solar>Returns** bleiben zwar dein Profil und deine Lebensbestimmung konstant, doch die **spezifischen Themen und Herausforderungen des neuen Lebensjahres** verändern sich.

Die Analyse hilft, diese **neuen Einflüsse und Herausforderungen** besser einzuordnen und in Bezug auf deine persönliche **Lebensstrategie** und **innere Entscheidungs-Autorität** anzugehen. Besonders aufschlussreich wird es, wenn der **Solar-Return** mit einem aktuell laufenden **großen Zyklus** (z. B. Saturn- oder Uranus-Zyklus) kombiniert betrachtet wird. Dadurch entsteht ein **detaillierteres Bild** des neuen Lebensjahres, und der „rote Faden“ der persönlichen Entwicklung wird deutlicher erkennbar.

Der Solar-Return lässt sich detailliert beschreiben und ermöglicht eine **vorausschauende Planung** im Sinne von „Gefahr erkannt – Gefahr gebannt“. Die HD Geburtstags-Analyse wird besonders effektiv, wenn zuvor ein **HD Basis-Coaching** stattgefunden hat, da die daraus gewonnenen Erkenntnisse die Tiefe der Analyse erhöhen.

Inhalte der HD Geburtstags-Analyse im Überblick

- **Konkrete Themen, Lernaufgaben und Herausforderungen des neuen Lebensjahres** – aufgeteilt in die vier 3-Monats-Quartale des Jahres.
- **Verständnis der Verbindung zwischen deiner Geburtskörpergrafik und dem Solar-Return** – Ableitung korrekter Konsequenzen.
- **Widerstände und Konflikte minimieren** durch gezielte Vorbereitung auf die anstehenden Themen.



HUMAN DESIGN INSTITUT

- Unterstützung beim Aufbau von **langfristigem Erfolg und Lebensglück** – inklusive Entscheidungshilfen für den aktuellen Status Quo deines Lebens.
- **Fremdbestimmung und negative Einflüsse erkennen** und diese gezielt abwenden.
- **Verstehen der Dynamik deines aktuellen Lebens** – Identifikation von eingebauten Konfliktfeldern und nährenden Aspekten.
- **Wichtige Richtungsänderungen erkennen** und eindeutig zuordnen: Welche Themen betreffen sie, und wann treten sie voraussichtlich auf?
- **Individuelle Hilfestellung für deinen Dekonditionierungsprozess** – schrittweise Annäherung an ein erfülltes, authentisches Leben.

Voraussetzungen und Rahmenbedingungen

Dauer:

3 Stunden – persönlich oder virtuell per Zoom. Alle Sitzungen werden aufgezeichnet (per Zoom als Video, persönlich als Audio), sodass du sie jederzeit nacharbeiten kannst.

Honorar:

Kein fixes Honorar – die Kosten werden individuell vereinbart. Ein erstes kostenfreies Gespräch dient der Klärung.