

GROW
TO BE TRUE

Healing Beyond Talk

3 & 6 Monate Mentorship

*Kurs- &
Preisübersicht*



Caroline Niermann

Sinn und Zweck des Programms

Du hast schon viel innere Arbeit gemacht. Doch wenn das Leben unsicher wird, fällst du manchmal zurück in alte Muster und verlierst deinen Halt.

Kennst du dieses Gefühl?

Genau deshalb gibt es dieses Programm. Um dir zu helfen, innere Sicherheit und Stärke zu entwickeln, die bleibt. Damit du dich selbst mit Vertrauen führen kannst – egal, was im Außen passiert.

Wobei dir das Programm helfen kann:

01. Wiederherstellung des inneren Gleichgewichts

Reguliere dein Nervensystem und balanciere deine weibliche und männliche Energie, um auch in Unsicherheit geerdet, klar und selbstsicher zu bleiben.

03. Förderung der Selbstheilung und Intuition

Durch persönliche 1:1-Begleitung lernst du, Entscheidungen im Einklang mit deinen eigenen Bedürfnissen und Werten zu treffen. Ich zeige dir, wie du die Weisheit deines Körpers nutzt und seine natürliche Selbstheilungskraft aktivierst

02. Alte Muster lösen

Erkenne und transformiere tief sitzende Glaubenssätze und Kindheitsprägungen durch gezielte Körper- und Bewusstseinsarbeit für nachhaltige Veränderung.

04. Stärkung der emotionalen Resilienz

Das Programm unterstützt dich dabei, mit herausfordernden Emotionen umzugehen und gesunde Bewältigungsstrategien zu entwickeln. So kannst du stressige Situationen mit mehr Ruhe begegnen und weniger impulsiv aus deinen Emotionen heraus handeln.

Meine Mission und Vision

Meine Vision

Ich möchte für dich einen ganzheitlichen Weg der Heilung eröffnen – einen Weg, der nicht nur den Geist und die Emotionen anspricht, sondern auch Körper und Seele integriert. Gemeinsam schaffen wir Raum für nachhaltiges Wachstum und tiefgreifende Transformation auf allen Ebenen.

Meine Mission

Multidimensionaler Ansatz

Mein Mentoring-Programm vereint verschiedene Heilmethoden auf körperlicher, emotionaler, mentaler sowie energetischer Ebene und hebt sich dadurch deutlich von herkömmlichem Coaching oder Therapieansätzen ab. Das ist der Schlüssel, um alte Zyklen endgültig zu durchbrechen.

Bildung und Zusammenarbeit

Mein Ziel ist es nicht nur, mein Wissen weiterzugeben, sondern dich mit praktischen Tools auszustatten, die dich befähigen, dich selbst zu heilen. Du wirst zur eigenen Heilerin deines Lebens.

01.

02.

03.

04.

Hinreichendes Engagement für Qualität

Durch 6 Jahre intensiver Zusammenarbeit mit Mentoren, Psychologen und spirituellen Lehrern habe ich die wirksamsten Methoden gesammelt, die mir selbst geholfen haben, tief sitzende Herausforderungen zu überwinden.

Heilung auf emotionaler, mentaler und energetischer Ebene

Durch die Verbindung von Mindset-Arbeit, Traumatherapie und Energiearbeit entsteht tiefgehende Heilung auf emotionaler, mentaler und energetischer Ebene – und ein starkes Fundament für deine neue Zukunft.

3 Monate Mentorship

Investment:

3000 EUR

Dein Mehrwert:

- ✓ Du wirst dich geerdet, ruhig und sicher in deinem Körper fühlen – selbst mitten im Chaos.
- ✓ Anstatt von deinen Triggern oder Emotionen gesteuert zu werden, lernst du, dich mit innerer Ruhe zu führen.
- ✓ Du erkennst, wer du bist, was dir guttut und was du wirklich willst – sei es in deinem Alltag, deinen Entscheidungen und deinem Umfeld.
- ✓ Alte, tief verankerte Muster, die dich bisher zurückgehalten haben – wirst du Schritt für Schritt loslassen.

Lebensbereiche:

- Kindheitstrauma
- Zwischenmenschliche Beziehungen
- Selbstfindung & Lebenssinn
- Finanzielle Freiheit
- Berufliche Weiterentwicklung
- Gesundheit & Wohlbefinden
- Spirituelles Wachstum

Zahlungsplan-Optionen verfügbar
auf Anfrage.

Was dich erwartet:

Egal, ob du gerade erst auf deinem Weg der Selbstentdeckung bist oder das Gefühl hast, festzustecken: Dieses Programm bietet dir einen kraftvollen Einstieg in körperorientierte Heilung. In drei Monaten widmen wir uns gezielt ein bis zwei Lebensbereichen und arbeiten ganzheitlich mit deinem Verstand, Körper und Energiefeld, um echte, spürbare Veränderungen zu ermöglichen.

Hier geht es nicht nur um Mindset-Shifts – sondern darum, über die Gefühlsebene zur Version deiner Selbst zu werden.

Du lernst außerdem Tools, mit denen du deine Disziplin stärkst, deine energetische Resilienz aufbaust und das Gelernte in deinen Alltag integrierst, damit Veränderung wirklich bleibt.

Das 3-Monats-Mentoring beinhaltet 12 wöchentliche Online-Sessions, fortlaufende WhatsApp-Begleitung zwischen den Terminen sowie Zugang zu allen Lernmaterialien als PDF – damit du dich auf deinem Weg rundum getragen fühlst.

6 Monate Mentorship

Investment:

5000 EUR

Dein Mehrwert:

- ✓ Ein ruhiges, reguliertes Nervensystem.
- ✓ Stärkere intuitive Fähigkeiten – du verlässt dich nicht mehr auf andere, sondern auf dich.
- ✓ Emotionale Resilienz – du schaffst mehr emotionale Kapazität.
- ✓ Selbstvertrauen – du führst dich (und andere) mit Sicherheit.
- ✓ Tiefe Verbundenheit zu deinem Körper.
- ✓ Du weißt, wie man selbst Blockaden im Körper transformiert.
- ✓ Du lernst die feminine und maskuline Energie erfolgreich auszubalancieren.

Lebensbereiche:

Kindheitstrauma, Zwischenmenschliche
Beziehungen, Selbstfindung und Lebenssinn,
Finanzielle Freiheit, Berufliche
Weiterentwicklung, Gesundheit und
Wohlbefinden, Spirituelles Wachstum

Zahlungsplan-Optionen verfügbar
auf Anfrage.

Was dich erwartet:

Ideal für alle, die eine 180-Grad-Wandlung anstreben – und darüber hinaus Methoden lernen möchten, um energetische Blockaden und emotionalen Ballast selbstständig zu lösen. Du erhältst zudem Werkzeuge an die Hand, die dir helfen, auch nach dem Programm nachhaltig in deiner inneren Balance zu bleiben.

Bist du Coach, Mentor:in oder spirituelle:r Lehrer:in?

Als Raumhalter:innen tragen wir die wichtige Verantwortung, unsere Klient:innen in ihrem Wachstum zu begleiten. Genauso essenziell ist es deshalb die eigene Selbstfürsorge, Resilienz und Weiterentwicklung zu priorisieren.

Vertiefe deine Expertise mit einem Mentoring, das nicht nur deine persönliche Heilungsreise unterstützt, sondern auch deine Fähigkeit stärkt, kraftvolle Räume für andere zu halten.

Das 6-monatige Mentoring umfasst 24 wöchentliche Online-Sessions, fortlaufende WhatsApp-Begleitung sowie Zugang zu allen Lernmaterialien im PDF-Format – damit du während deiner gesamten Reise umfassend begleitet wirst.

Überblick: Praktische Anwendungen



Professional Coaching:

In den Coaching Sitzungen erlangst du mentale Klarheit, transformierst limitierende Glaubenssätze und verbindest dich mit deiner inneren Autorität. Dadurch entsteht Raum für eine neue Identität – im Einklang mit deiner Wahrheit und deinem höchsten Potenzial.



Unterbewusste Neuprogrammierung:

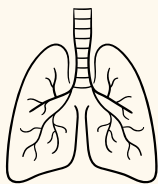
In speziellen Hypnosereisen tauchen wir in dein Unterbewusstsein ein, um begrenzende Glaubenssysteme zu erkennen, dein inneres Kind wieder zu integrieren und verborgene Schattenanteile liebevoll anzunehmen.



Kundalini Bodywork:

Kundalini Bodywork unterstützt die tiefe Regulation des Nervensystems und hilft, unterdrückte oder vergessene Emotionen und Erinnerungen aus dem Körper und Energiefeld zu lösen.

Learn more about Kundalini Bodywork at www.growtobetrue.com



Breathwork Therapie:

Atemarbeit hilft, den Körper aus dem „Kampf-oder-Flucht“-Modus in einen Zustand von Ruhe und Sicherheit zu bringen. Sie fördert Gelassenheit, innere Stabilität und verankert neue Erkenntnisse im Körper – damit Transformation dauerhaft wird.



Somatische Praktiken:

Somatische Übungen unterstützen dich dabei, die gesunde Balance deiner männlichen und weiblichen Energie zu verkörpern – Erdung, Struktur und Fokus (männlich) sowie Intuition, Weichheit und Fluss (weiblich). Diese Integration schafft innere Harmonie und authentisches Selbstvertrauen.

(Dieser Bereich wird ausschließlich im 6-monatigen Programm vertieft.)



Alchemy Bodywork:

Emotionen, die im Körper gespeichert sind, können durch gezielte Berührung an die Oberfläche gebracht und verarbeitet werden. Du lernst, diese Emotionen selbstständig zu erkennen und zu lösen.

(Dieser Bereich wird ausschließlich im 6-monatigen Programm vertieft.)

Sind wir ein gutes Team?



Wir sind ein gutes Match, wenn...

- ✓ Du Wert auf ehrliche Kommunikation und Zusammenarbeit legst.
- ✓ Du weißt, wie wichtig es ist, diszipliniert zu sein auf dieser Reise.
- ✓ Du offen bist für Feedback und Vorschläge, die auf meinem Fachwissen basieren.
- ✓ Du bereit bist, sich auf tiefgreifende Arbeit einzulassen.
- ✓ Du verstehst, dass der Mentor kein "Retter" ist, sondern ein Begleiter auf deinem Weg.
- ✓ Du eine Partnerschaft suchst, nicht nur eine Transaktion.

Wir sind kein gutes Match, wenn...

- ✗ Du einen rein rationalen Ansatz suchst.
- ✗ Du nicht bereit bist, offen und ehrlich über deine Herausforderungen zu sprechen.
- ✗ Du skeptisch gegenüber alternativen oder spirituellen Heilmethoden bist.
- ✗ Du schnelle, oberflächliche Lösungen erwartest, ohne dich selbst einzubringen.
- ✗ Du eine Investition in dich selbst nur als Kostenpunkt siehst.
- ✗ Du nicht an langfristiger Transformation, sondern nur an kurzfristigen Ergebnissen interessiert bist.

Klienten Feedback



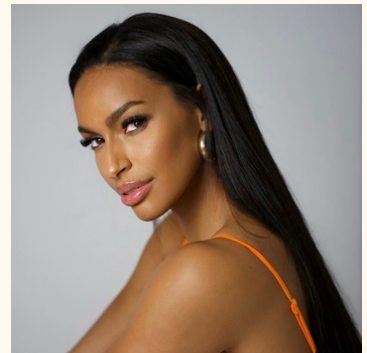
“Die Sitzungen mit Caroline halfen mir dabei meine Verlustangst aus der Kindheit zu heilen, die mich mein ganzes Leben lang schon belastet hat und wo ich keine Hoffnung auf Veränderung sah.”

@laa.schu



“Die Zusammenarbeit mit Caroline hat mir dabei verholfen all’ meine negativen Gefühle zuzulassen, wodurch ich endlich wieder den Zugang zu mir und meinem inneren Kind gefunden habe.”

@ceciliaasoro



“Ich habe so oft versucht, mit meinem Verstand in meine Weiblichkeit zu kommen. Durch Caroline konnte ich meine weibliche Energie wieder in meinem Körper spüren – ein zutiefst berührender Moment.”

@inspiredbydzeni