

Elisabeth Keel, Gesprächspartnerin

Elisabeth Keel ist Astrologin, systemische Coach, NLP-Beraterin und wendet erfolgreich die EFT-Meridianteknik in ihrer Beratungspraxis in St. Gallen an: ein Gespräch mit einer Frau, die das Leben und die Menschen liebt. INTERVIEW: NICOLE AMREIN

ZUR PERSON

Name

Elisabeth Keel

Alter

53 Jahre

Beruf

systemische Coach ZIS, NLP-Beraterin und EFT-Coach, dipl. Astrologin SAF, Ausbilderin FH, ursprünglich Bankkauffrau

Zivilstand

in Partnerschaft

Kinder

Sohn Christopher, 21

Aufgewachsen in

Lömmenschwil

Hobbys

Austausch mit Menschen, Texten, Schreiben, Tag- und Nachtträumen, Musik, Lesen, Kunst, Malerei, Kochen, Sport, Reisen, Grenzwissenschaften

Was gefällt Ihnen an St. Gallen besonders?

St. Gallen ist für mich die schönste Stadt der Schweiz. Die Atmosphäre, die Lebendigkeit, die Überschaubarkeit gefallen mir.

Gibt es etwas, das Sie in St. Gallen vermissen?

Nur das Meer.



Fran Keel, wie stehen die Sterne für unser Interview?

Die Konstellation zeigt eine gewisse Spannung zwischen den Interviewpartnern. Eine gute Ausgangslage für ein interessantes Gespräch ...

Die CONSUM-LeserInnen kennen Sie vom Sternbulletin, das jeweils im hinteren Teil dieses Magazins erscheint. Wie wird man Astrologin?

Es gibt verschiedene Wege. Die Grundvoraussetzung jedoch ist die eigene Lebendigkeit, das innere Verlangen, die Neugierde und der Wissensdurst für Astrologie. Ich habe eine Ausbildung zur diplomierten Astrologin/Seminarleiterin SAF absolviert, weil ich Astrologie verstehen und in den Alltag einbringen wollte.

Was alles können Sie aus den Sternen lesen?

Da wir ein Teil des Kosmos sind, lesen wir darin unsere Geschichte.

Sie bieten unter anderem astrologische Berufsberatung an. Wie muss man sich das vorstellen?

Astrologische Stärken- und Schwächenprofile sagen sehr viel über persönliche und berufliche Charaktereigenschaften aus. In einem Horoskop können verschiedene berufliche Konstellationen interpretiert

und dazu konkrete Aussagen dazu gemacht werden. Denn die Eigenschaften für eine Führungsperson unterscheiden sich wesentlich von Eigenschaften einer Person, bei der exaktes Arbeiten gefragt ist. Menschen, die moderieren, haben andere Talente als solche, die eine Analyse erstellen. Eine Musikerin und ein Arzt unterscheiden sich auch sehr in ihrem beruflichen Profil. Bei einer versierten Deutung ist das alles aus einem Horoskop ersichtlich.

Lügen die Sterne nie? Oder anders gefragt: Wie verlässlich sind Ihre Analysen?

Professionelle Analysen sind sehr treffsicher. Entscheidend ist das fundierte astrologische Wissen in Kombination mit dem beraterischen Flair. Mit Stolz kann ich sagen, dass meine Analysen eine sehr hohe Trefferquote aufweisen. Endgültige Ereignisse jedoch kann niemand voraussagen.

Neben der Astrologie arbeiten Sie stark im Bereich des Coachings. Wofür steht dieser Modebegriff?

Zu viele Menschen lassen sich in Entwicklungs- oder Erfahrungssituationen begleiten, als dass man noch von Modebegriff sprechen könnte. Systemisches Coaching eröffnet neue Perspektiven, dehnt Wahrnehmung, Begegnungen und Handlungsspielräume

aus, lässt neue Sichtweisen entstehen und das Gestaltungspotential voll nutzen. Indem klare Ziele definiert sind, ist Coaching ein zeitlich begrenzter Beratungsprozess, ausgerichtet auf individuelle Anliegen. Coaching ist ein partnerschaftlicher Austausch. Ein Prozess, der auf Freiwilligkeit, Vertrauen, Wertschätzung, Veränderungsbereitschaft und Diskretion basiert – ein transparenter Dialog. Coaching nutzt Ressourcen; erkennt vorhandene Talente und baut sie aus. Coaching verändert Mensch und Umfeld. Zusammenhänge werden klar und Handlungen greifen.

Wen coachen Sie?

Einzelpersonen und Teams. Meine StudentInnen, die Nachbarin, den Banker, die Lehrerin oder den Pfarrer, auch den Musiker, den Piloten, die Journalistin oder die 75jährige Dame, die jeden Tag im Bodensee schwimmt.

Wie läuft so ein Coaching ab?

Erstgespräch (Dauer zwei Stunden) für die Abklärung der Thematik und der schriftlichen Zieldefinition. Vier bis acht etwa einstündige Meetings zur Ressourcennobilisierung, zur Lösungsentwicklung und deren Umsetzung.

Kommt bei einem Coaching nie der Punkt, wo es nicht mehr weiter geht, die Situation verfahren ist, der Mensch sich im Kreis dreht?

Gerade weil diese Situation vor allem ohne Coaching immer wieder auftritt, nehmen heutzutage viele Menschen die Hilfe eines Coachs in Anspruch. Sie/er behält die Übersicht, unterstützt, begleitet, reflektiert, aktiviert, ermuntert, motiviert.

Für wen sonst ist die NLP-Beratung geeignet?

NLP ist eine Methode, die ein breites Spektrum an Techniken anbietet, um bestimmte Fähigkeiten in der Wahrnehmung, im Denken und Handeln zu fördern. NLP ist oft ein zentrales Instrument in der Begleitung von Menschen, so auch im systemischen Coaching. NLP hilft einengende Glaubenssätze und alte Muster aufzulösen, Phobien oder Ängste zu verändern, zu anderen Sichtweisen zu gelangen, berufliche oder private Veränderung erfolgreich zu meistern, mit einem Burnout stimmig umzugehen oder ein Outplacement aufzuarbeiten.

Aus wie vielen Sitzungen besteht eine solche NLP-Beratung?

Der Umfang ist in etwa gleich wie ein systemisches Coaching. Nur die inhaltliche Gestaltung ändert sich.

Wie hoch sind ungefähr die Kosten – und zahlt die Krankenkasse etwas daran?

Das ist regional unterschiedlich und hängt auch vom Bekanntheitsgrad und der Fachkompetenz ab. NLP-Begleitungen sind von den Krankenkassen nicht anerkannt.

... auch bei der EFT Meridian-Technik nicht?

Nein.



Worauf beruht die EFT Meridian-Technik?

Die schnell wirkenden EFT Meridian-Techniken werden erfolgreich eingesetzt, um emotionale Energie-, Leistungs- und Erfolgs-Blockaden aufzulösen. Sie dienen der Steigerung der Kreativität, Anerkennung und Selbstverwirklichung und verbessern sportliche Leistungen, die Fitness oder allgemein die Gesundheit. EFT verändert den Denkprozess hin zu positivem Denken und folglich positiven Wirkungen.

Wie lösen Sie die Blockaden in den Energiebahnen?

Eine spezielle Sequenz von Punkten auf den Energiebahnen des Körpers (Meridianpunkte) wird mit den Fingerspitzen aktiviert, während man sich auf ein Thema konzentriert und den Empfindungen Stimme gibt. Durch sanftes Klopfen der Meridianpunkte wird der Energiefluss harmonisiert und belastende Emotionen können schnell und einfach aufgelöst werden. Man nennt dieses Modell auch Klopf-Akkupunktur. In der Ostschweiz sagt man: «chlöpfle».

Astrologin, systemische Coach, NLP-Beraterin, EFT Meridian-Technik: Sie sind sehr vielfältig tätig. Hängt das mit Ihrem Sternbild zusammen?

Na ja, das könnte gut sein. Oder wie schon gesagt: Ich bin lebendig, vielseitig interessiert und hellwach.

Sind Sie eine typische Vertreterin Ihres Sternbildes?

Ja. Doch trägt jede Persönlichkeit alle 12 Sternzeichen in sich, deren Kraftquellen sich mehr oder weniger stark in den 12 Lebensbereichen, in denen auch die 12 Planeten angeordnet sind, ausprägen.

Besten Dank für das Interview



Elisabeth Keel
astroaktuell
Webergasse 21
9000 St. Gallen
Tel. 071 220 37 85
www.astroaktuell.ch

Lidschlag 03
Webergasse 21
9000 St. Gallen
Tel. 071 220 37 85
www.lidschlag03.ch