Soul Calling

Erinnere dich, wer du wirklich bist – und finde deine wahre Berufung

16 WOCHEN ONLINE-MENTORING | 8 MODULE | LIVE-BEGLEITUNG & COMMUNITY

Programmstart: 23. August 2026

Ein intensiver, liebevoll gehaltener und geführter Weg zurück zu dir selbst – und hin zu dem, was durch dich in die Welt will.

KOMMT DIR DAS BEKANNT VOR?

Du hast einen „guten" Job – und trotzdem fühlt sich dein Leben zu eng an

Vielleicht sieht von aussen vieles richtig aus. Aber in dir wird der Ruf nach Veränderung immer lauter.

Du funktionierst, übernimmst Verantwortung und hast vielleicht vieles erreicht, was du dir einmal gewünscht hast. Und trotzdem fehlt etwas Wesentliches: **Sinn. Lebendigkeit. Das Gefühl, wirklich am richtigen Ort zu sein.**

Du funktionierst – aber innerlich bist du leer. Nach einem „normalen" Arbeitstag bist du völlig ausgelaugt. Für dich selbst, deine Beziehungen und das, was dir Freude macht, bleibt kaum Energie.	**Du weisst: So kann es nicht weitergehen.** Vielleicht sendet dein Körper bereits Warnsignale. Gleichzeitig fehlt dir eine stimmige Alternative – und genau das hält dich im Kreis.
Du spürst: Da ist noch mehr. Eine leise, beharrliche Stimme erinnert dich daran, dass du der Welt mehr zu geben hast. Aber du weisst noch nicht, wie dein Weg aussehen kann	**Du fragst dich, was mit dir falsch ist** Andere scheinen mit denselben Anforderungen zurechtzukommen. Du zweifelst an dir, obwohl du intelligent, engagiert und voller Fähigkeiten bist.

Du bist nicht falsch. Vielleicht warst du nur zu lange in einem Rahmen, der nicht zu dir passt.

Soul Calling ist für feinfühlige, vielseitig interessierte Frauen, die aufhören wollen, gegen ihre eigene Natur zu kämpfen. **Frauen, die bereit sind, sich selbst wieder ernst zu nehmen, ihre Gaben zu erkennen und ein Leben zu gestalten, das wirklich zu ihnen passt.**

DIE REISE

Was Soul Calling wirklich ist

Keine klassische Karriereberatung. Keine weitere Suche im Aussen. Sondern eine Rückkehr zu dir – mit Struktur, Tiefe und konkreter Umsetzung.

Soul Calling ist der Raum, in dem du herausfindest, wer du wirklich bist, wofür du hier bist und was durch dich in die Welt will. Du löst dich aus Anpassung und fremden Erwartungen, versöhnst dich mit deiner ur-eigenen Natur und entwickelst ein erstes, lebendiges Bild deiner Berufung.

Die 3 Phasen deiner Soul Calling Reise

1	2	3
Wer bin ich wirklich?	**Wofür bin ich hier?**	**Ich lebe es!**
Verstehen, annehmen, befreien und dein wahres Selbst entdecken.	Herzenswünsche, Gaben, Mission und Berufung erinnern und erkennen.	Entscheidungen treffen, erste Schritte gehen und dir treu bleiben.

Am Ende von Soul Calling...

✓ weisst du klarer, wer du wirklich bist, was dir wichtig ist und was zu dir passt – jenseits von Rollen und Erwartungen.	✓ hast du dich und deine wahre Natur tiefer angenommen und trägst mehr innere Sicherheit in dir.
✓ hast du zentrale Blockaden, Muster und Glaubenssätze erkannt und erste davon transformiert.	✓ kennst du deine wichtigsten Stärken, Talente und Gaben - und weisst, was durch dich in die Welt will.
✓ hast du ein erstes, lebendiges Bild deiner Berufung, deiner Ur-Gabe und deiner Herzens-Mission.	✓ hast du eine kraftvolle Entscheidung getroffen und erste konkrete Schritte in Richtung deiner Berufung gemacht.

PASSUNG

Für wen Soul Calling gedacht ist

Du brauchst keinen perfekten Plan. Du brauchst die Bereitschaft, dir selbst ehrlich zu begegnen und für dich loszugehen.

Soul Calling ist für dich, wenn:	Soul Calling ist nicht für dich, wenn:
✓ du dich in einem Job oder Alltag gefangen fühlst, der dich zunehmend auslaugt.	✕ du eine klassische Karriereberatung erwartest, die dir am Ende einen fertigen Jobtitel liefert.
✓ du dich oft „anders“, zu sensibel, zu viel oder im falschen System fühlst.	✕ du eine schnelle Zauberlösung willst, die alles für dich regelt, während du dich zurücklehnst.
✓ du Sinn, Freiheit, Selbstbestimmung und Wahrhaftigkeit in deinem Wirken suchst.	✕ du gerade nicht bereit bist, dir selbst ehrlich zu begegnen und aus deiner Komfortzone herauszutreten.
✓ du viele Interessen und Talente hast, aber nicht weisst, wie daraus ein stimmiger Weg entstehen kann.	✕ du auf „Rettung" von aussen wartest, statt Verantwortung für deinen eigenen Weg zu übernehmen.
✓ du deine Hochsensibilität oder neurodivergente Art endlich besser verstehen und als Stärke nutzen möchtest.	✕ du nicht bereit bist, die Inhalte wirklich umzusetzen, zu reflektieren und dranzubleiben
✓ du deine Gaben nicht länger zurückhalten willst und spürst, dass du für mehr hier bist.	✕ die Investition für dich gerade eine finanzielle Überforderung wäre
✓ du bereit bist, dir Zeit für echte innere Arbeit und konkrete Umsetzung zu schenken.	

Du musst keine Diagnose und noch keine fertige Berufung mitbringen. Es reicht, wenn du spürst: So wie bisher kann es nicht weitergehen – und ich bin bereit, mich selbst wieder ernst zu nehmen.

KOPF – HERZ – HAND

So arbeiten wir in Soul Calling

Damit Erkenntnisse nicht nur im Kopf bleiben, verbindet das Programm Verstehen, Fühlen und konkretes Handeln.

KOPF **Verstehen & Klarheit**	**HERZ** **Fühlen & innere Führung**	**HAND** **Umsetzen & verkörpern**
Du verstehst dich, deine Muster, dein „anderes Betriebssystem" und deine Geschichte. Du bekommst Modelle, Begriffe und Struktur – und erkennst, was wirklich du bist und was du dir nur angewöhnt oder übernommen hast.	Du spürst dich wieder, stärkst deine Intuition und löst Scham sowie Selbstkritik. Du lernst, deiner inneren Wahrheit zu vertrauen – statt fremden Erwartungen zu folgen.	Du triffst Entscheidungen, setzt Grenzen und veränderst deinen Alltag – in deinem Tempo, aber spürbar. So werden aus Erkenntnissen neue, gelebte Gewohnheiten.

Berufung ist nicht etwas, das du im Aussen finden musst.
Sie zeigt sich, wenn du beginnst, dir selbst zu folgen.

16 WOCHEN MENTORING

Das Programm auf einen Blick

Soul Calling verbindet einen klar geführten Weg mit genügend Raum, um in deinem eigenen Tempo zu erkennen, zu fühlen und umzusetzen.

16 WOCHEN

Ein gemeinsamer Weg mit Zeit zum Verstehen, Fühlen und Umsetzen. Mit einer klaren Führung und Struktur, und trotzdem sehr viel Freiraum.

8 MODULE

Jedes Modul begleitet dich rund zwei Wochen und baut auf dem vorherigen auf. Du hast aber auch die Möglichkeit, die Module flexibel zu nutzen.

2-3 STD. / WOCHE

Für dein Selbststudium. Das ist sehr individuell und je nach Stand verschieden. Plus die Live-Gruppen-termine, wöchentlich ca. 75 Minuten.

LIVE-BEGLEITUNG

Wöchentliche Q&A-Abende sowie regelmässige Gruppenräume zur Verbindung, Vertiefung, für weitere Impulse und für deine Fragen.

ONLINE & FLEXIBEL

Lerne in deinem Tempo und Lernstil in der Video-Akademie und nutze die zusätzlichen Meditationen, PDFs, Übungen und Aufzeichnungen.

COMMUNITY

Verbinde dich mit gleichgesinnten Frauen und profitiere vom Austausch und Support in der geschützten Telegram-Gruppe.

DEIN PERSÖNLICHER START

Vor Modul 1 erhältst du deine persönliche Roadmap, Zugang zur Online-Akademie und zur Telegram-Gruppe sowie einen 30-minütigen Onboarding-Call mit Damaris. Gemeinsam klären wir deine Ausgangslage, deine Ziele und den Fokus für deine 16 Wochen - damit du mit Klarheit und Sicherheit startest.

MODULE 1-2

Dein Weg durch die 8 Module

Module 1 & 2 - Verstehen und befreien

Modul 01

BACK TO ME

Ich verstehe & erkenne mich

Wahres Selbst, anderes Betriebssystem & Körperkontakt

"Du bist nicht falsch. Du warst nur zu lange nicht du."

- Verstehen, warum du bist, wie du bist – als anderes Betriebssystem, nicht als Defizit.
- Ersten Kontakt zu deinem wahren, ursprünglichen Selbst aufnehmen – jenseits von Rollen und Erwartungen.
- Wieder Kontakt zu dir selbst aufnehmen: Körper, Gefühle, Bedürfnisse.
- Verstehen, warum du dich oft „anders" gefühlt hast – und dass daran nichts falsch war.

Modul 02

BREAK FREE

Ich befreie mich

Glaubenssätze, Rollen & Fremdbild

"Was nicht zu mir gehört, darf gehen."

- Rollen, Masken und Anpassungsmuster erkennen, die du dir über die Jahre angewöhnt hast.
- Unterscheiden, welches Selbstbild wirklich deins ist – und welches du übernommen hast.
- Limitierende Glaubenssätze und Prägungen erkennen und transformieren.
- Deinen persönlichen „goldenen Käfig" erkennen – und dich innerlich daraus lösen.

MODULE 3-4

Dein Weg durch die 8 Module

Module 3 & 4 – Annehmen und wieder fühlen

Modul 03 	LOVE YOUR TRUE SELF **Ich nehme mich an** **Selbstannahme, Selbstmitgefühl & innere Sicherheit** *"Du darfst sein, wie du wirklich bist."* • Selbstmitgefühl statt Selbstkritik entwickeln und dein Selbstvertrauen stärken. • Kontakt mit deinem inneren Kind und verletzten Anteilen aufnehmen – mit Mitgefühl statt Urteil. • Grenzen spüren und setzen, weil du dir selbst wichtig bist. • Dich annehmen, wie du wirklich bist – und eine innere Sicherheit aufbauen, die nicht vom Aussen abhängt.

Modul 04 	FOLLOW YOUR HEART **Ich fühle, was ich mir wirklich wünsche** **Bedürfnisse, Werte & innere Führung** *"Deine Sehnsucht ist kein Luxus – sie ist dein Kompass."* • Deine Bedürfnisse, Werte, No-Gos und Must-haves erkennen und ernst nehmen. • Deine (unvernünftigen) Herzenswünsche und Visionen entdecken • Herausfinden, was dich begeistert und wirklich lebendig macht. • Deiner inneren Führung mehr vertrauen als fremden Erwartungen.

MODULE 5-6

Dein Weg durch die 8 Module

Module 5 & 6 – Gaben und Berufung erkennen

Modul 05

HIDDEN TREASURES

Ich entdecke meine Gaben

Stärken, Talente & wahre Natur

"Was dir leicht fällt, ist oft dein grösstes Geschenk."

- Deine einzigartigen Stärken, Talente und Gaben erkennen.
- Den roten Faden in deiner Biografie und deinen Interessen entdecken.
- Deine Feinfühligkeit und Vielseitigkeit als Kraft statt Schwäche verstehen.
- Deine Herzenswünsche und Gaben miteinander verbinden.

Modul 06

YOUR SOUL CALLING

Ich erkenne meine Berufung

Ur-Gabe, Mission & Berufung

"Berufung ist nicht etwas, das du findest. Es ist etwas, das du erinnerst."

- Verstehen, was Berufung wirklich bedeutet – jenseits von Jobtitel und Karriereplan.
- Deine Ur-Gabe und Seelenqualität entdecken.
- Ein erstes, lebendiges Bild deiner Herzens-Mission und Berufung entwickeln.
- Dein persönliches Soul Calling Statement als inneren Anker entwickeln.

MODULE 7-8

Dein Weg durch die 8 Module

Module 7 & 8 – Entscheiden und dir treu bleiben

Modul 07

GO FOR IT

Ich gehe für mich los

Entscheidung, Mut & erste Schritte

"Du musst nicht alles wissen. Du musst nur losgehen."

- Eine kraftvolle Entscheidung für dich und deinen Weg treffen.
- Deine nächsten 3–5 Schritte für die kommenden Monate definieren.
- Mit Angst, Zweifeln und Reaktionen aus deinem Umfeld umgehen lernen, ohne stehen zu bleiben.
- Erste echte Schritte gehen – nervensystemfreundlich und in deinem Tempo.

Modul 08

STAY TRUE

Ich bleibe mir treu

Dranbleiben, feiern & Next Level

"Der Weg ist das Ziel – und du bist bereit."

- Rituale und Routinen entwickeln, die dich langfristig auf deinem Seelenweg halten.
- Rückfälle und Zweifel einordnen, ohne dich dafür zu Verurteilen und davon stoppen zu lassen.
- Deine Reise und Veränderung bewusst würdigen und feiern.
- Das Kopf-Herz-Hand Prinzip als eigenes Werkzeug mit ins Leben nehmen.

Du verstehst nicht nur, wer du bist und wofür du hier bist.
Du beginnst es zu leben.

DAS IST ENTHALTEN

Das ist alles inklusive

Soul Calling verbindet flexible Selbstlern-Inhalte mit persönlicher Live-Begleitung und einer Community, in der du dich nicht erklären musst.

ONLINE AKADEMIE

Klar strukturierte Video-Inhalte auf einer Kursplattform. Du lernst in deinem Tempo und wirst klar durch die Module geführt.

WORKBOOKS & PDFs

Zu jedem Modul erhältst du schriftliche Unterlagen, Reflexionsfragen und konkrete Übungen, die dich Schritt für Schritt durch deinen Prozess führen.

MEDITATIONEN & AUDIOS

Geführte Meditationen, kurze Audios und körperorientierte Impulse helfen dir, aus dem Kopf ins Fühlen und in die innere Verbindung zu kommen.

WÖCHENTLICHE LIVE-Q&As

Wöchentlicher Raum für Fragen, aktuelle Herausforderungen, Austausch und persönliche Impulse. Alle Termine werden aufgezeichnet.

REGELMASSIGE VERTIEFUNGSRAUME

Zusätzliche Calls mit Modulschwer-punkten, gemeinsamer Reflexion und Integration – damit aus Erkenntnissen gelebte Veränderung wird.

TELEGRAM-COMMUNITY

Ein geschützter Raum für Austausch, Vernetzung, Fragen und Support unter gleichgesinnten Frauen – auch zwischen den Live-Terminen.

PERSÖNLICHES ONBOARDING

Ein persönlicher Start-Call mit Damaris (30 Minuten), in dem wir deine Situation, Ziele und deinen Fokus für die 16 Wochen klären.

ZUGRIFF & AUFZEICHNUNGEN

Voller Zugang zur Kursplattform während der Programmdauer. PDFs, Workbooks und Audios kannst du herunterladen und dauerhaft behalten.

DEIN ZEITAUFWAND

Plane für das Selbststudium ungefähr 2–3 Stunden pro Woche ein – individuell verschieden. Die Live-Termine kommen zusätzlich dazu.

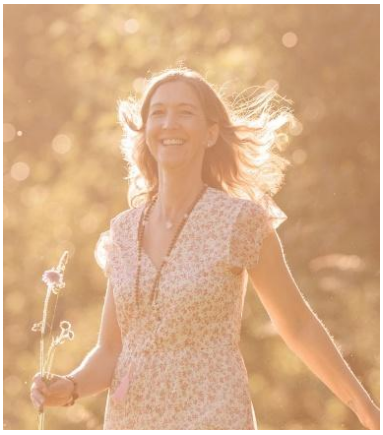
DEINE BEGLEITUNG

Aloha, ich bin Damaris

Mentorin für ein selbstbestimmtes, erfülltes und wahrhaft freies Leben.

Ich weiss, wie es sich anfühlt, in einem Leben festzustecken, das auf dem Papier richtig aussieht und sich im Herzen trotzdem falsch anfühlt.

Ich bin selbst feinfühlig und neurodivergent – und habe einen grossen Teil meines Lebens in einem goldenen Käfig verbracht: aufgewachsen in einem fundamentalistisch-religiösen System, geprägt von engen Regeln und der ständigen Angst, falsch zu sein. Ich weiss aus eigener Erfahrung, wie es ist, sich jahrelang anzupassen – und wie es ist, sich davon zu befreien.



Beruflich hatte ich einst meinen „Traumjob" erreicht: als Lehrerin für Pflege in einem Universitäts-Kinderspital, mit netten Kolleg*innen, Gestaltungsspielraum und sicherem Einkommen. **Und trotzdem wurde der Ruf nach einem anderen Leben immer lauter.**

Ein schmerzhafter Bandscheibenvorfall zwang mich zur Pause – und zur ehrlichsten Frage meines Lebens: **Was will meine Seele wirklich?**

Heute begleite ich seit über zehn Jahren Frauen in persönlichen und spirituellen Transformationsprozessen. Mittlerweile durfte ich über 500 feinfühlige Frauen dabei begleiten, sich selbst wiederzuentdecken und ihren eigenen Weg zu ihrer wahren Natur und Berufung zu finden.

Ich verbinde psychologische Klarheit, spirituelle Tiefe, Präsenz und praktische Umsetzung. Ohne dir ein fertiges System überzustülpen – sondern damit du deiner eigenen inneren Autorität wieder vertrauen kannst.

Ich sehe den Diamanten in dir, bevor du ihn selbst sehen kannst –
und halte den Raum, in dem du ihn wiedererkennst. (Damaris)

- MAS in Adult & Professional Education sowie dipl. Erwachsenenbildnerin HF
- Ausbildung in prozessorientiertem Coaching und gehirngerechtem Lernen
- Reiki-Lehrerin, Ho'oponopono-Beraterin, Frey Spiel® Coaching und weitere ganzheitliche Methoden

KUNDINNENSTIMMEN

Was Frauen nach Soul Calling sagen

Jede Reise ist anders. Gemeinsam ist vielen Frauen, dass sie sich wieder spüren, klarer wählen und mutiger losgehen.

„Vor Soul Calling fühlte ich mich fehl am Platz – als würde mein Leben nicht mehr zu mir passen. Jetzt fühle ich mich frei. Frei zu wählen, frei zu entscheiden, frei loszugehen – auch wenn mein Kopf mir etwas anderes einreden möchte."
Aferdita

„Ich fühlte mich blockiert, orientierungslos und innerlich festgefahren. Heute habe ich tiefgehende Erkenntnisse gewonnen, meine Gaben erkannt, bin mutiger geworden und vertraue meiner Intuition."
Laura

„Mir wurde klar, dass ich meine Vision, die ich schon lange mit mir herumgetragen habe, nun endlich verwirklichen will. Ich habe Sicherheit für die nächsten Schritte gefunden."
Michèle

„Vor Soul Calling fühlte ich mich im Hamsterrad gefangen, ausgelaugt und ohne Richtung. Heute habe ich den Mut gefunden, meinen Job zu kündigen und meiner wahren Berufung zu folgen."
Sina

„Ich begegne mir und anderen auf Augenhöhe. Ich habe gelernt, meine vermeintlichen Schwächen in echte Stärken zu verwandeln – und spüre meine Grenzen heute viel klarer."
Yael

„Ich fühle mich bereichert, beflügelt und gestärkt. Ich bin mutiger, dankbarer und entscheidungsfreudiger. Damaris bringt immer wieder Licht ins Dunkel."
Sonja

START & INVESTITION

Dein Start ins Soul Calling Mentoringprogramm

Du kannst dich direkt anmelden. Ein Klarheitsgespräch ist nur dann sinnvoll, wenn du vorher noch persönliche Fragen klären möchtest.

Programmstart	Dauer	Format
Sonntag, 23. August 2026	16 Wochen | 8 Module	Online-Akademie, Live-Begleitung & Community

Investition	Ratenzahlung	Zeitaufwand
EUR 2'555.–	Auf Wunsch in 4 Monatsraten	ca. 2–3 Std. Selbststudium pro Woche + Live-Termine

Ja, ich bin bereit, meinem Soul Calling zu folgen.

Melde dich direkt für das 16-Wochen-Mentoring an und sichere dir deinen Platz

Jetzt meinen Platz bei Soul Calling sichern

Du hast noch eine persönliche Frage?

Dann buche dir ein unverbindliches 20-Minuten-Klarheitsgespräch. Die Anmeldung zum Programm ist auch ohne Gespräch möglich.

Persönliche Fragen mit Damaris klären