ICH BIN EINFACH MICH SELBST

ECHT, NEUGIERIG, KREATIV

KIWI-Raum und Zeit, Nicole Schwob Sennhauser
Im Lettenhölzli 9, 4202 Duggingen
Seewenweg 5, 4153 Reinach
079 338 55 04
info@kiwi-raumundzeit.ch, kiwi-raumundzeit.ch

Nicole Schwob Sennhauser: «Mit innerer Offenheit zu begleiten ist für mich kein Anspruch an Perfektion, sondern ein bewusster Weg: urteilsarm, zugewandt, auf Augenhöhe. Veränderung und persönliche Entwicklung sind lebendige Prozesse, keine festgelegten Ziele. Ich unterstütze Menschen und Tiere so, dass sie ihr inneres Gleichgewicht finden, Ressourcen stärken und ihren ganz eigenen Weg gehen können.»

Wir haben Nicole Schwob Sennhauser gebeten, uns etwas über ihre Vita zu erzählen.

Ich bin ein vielseitiger und kreativer Mensch mit Herz, Verstand und einer grossen Portion Neugier auf das Leben. Ob im Denken, im Tun, im Miteinander – ich liebe es, neue Perspektiven zu entdecken und zu gestalten. Als Familienmensch sind mir Verbundenheit, Vertrauen und ehrliches Interesse besonders wichtig – für Menschen wie auch für Tiere.

Ich lebe in Duggingen, wo ich auch mein berufliches Zuhause habe, mein Atelier, wie ich es gern nenne. Hier darf alles Platz haben, was mich als Mensch ausmacht: meine Liebe zur Natur (Garten), zur kreativen Arbeit mit meinen Händen (u.a. malen), genauso wie mein Bedürfnis nach innerem Ausgleich, zum Beispiel durch Meditation.

Meine beruflichen Wurzeln liegen im Gastgewerbe und in kaufmännischen Tätigkeiten, wo ich als Allrounderin in verschiedenen Bereichen und Positionen tätig war. Besonders wichtig war mir dabei immer die gute Zusammenarbeit in Teams, in denen nicht nur Zahlen und Ziele, sondern vor allem die Menschen gesehen und wertgeschätzt wurden.

Ich liebe es, mich in unterschiedlichen Aufgabenfeldern zu bewegen. Diese abwechslungsreichen Erfahrungen haben mich besonders im einfühlsamen Umgang mit Menschen, im Organisieren, Mitdenken und achtsamen Kommunizieren geprägt.

Als hochsensible und vielseitige Persönlichkeit, Ehefrau, Partnerin, Mutter und Therapeutin, mit Offenheit und Weitblick, war und ist es für mich nicht immer leicht, meine innere Balance zu halten. Wenn ich an meine Grenzen kam, suchte ich schon früh nach alternativen und komplementären Wegen zur Unterstützung.

Die Vielfalt der Menschen und Tiere und deren Bedürfnisse hat mich schon immer fasziniert. Nicht alles ist für alle gleich stimmig. Individualität ist für mich ein zen-

trales Motto. Ich nehme Menschen und Tiere so an, wie sie sind. Genau daraus entstand der Wunsch vor ein paar Jahren, mich beruflich neu auszurichten und neugierig zu entdecken, welche Methoden mich auf meinem Weg begleiten und weiterbringen könnten. Beruflich wusste ich immer, dass es noch mehr für mich gibt.

Was als persönliche Neugier begann, entwickelte sich über die Jahre zu einem inneren «Ruf». Seit 2002 unterstütze ich Menschen und Tiere auf ihrem Weg – zunächst nebenberuflich, dann nach und nach immer intensiver, bis heute, wo ich mich meiner Berufung voll und ganz widmen kann.

2019 erfüllte ich mir meinen langgehegten Wunsch nach einem eigenen beruflichen Ort: KIWI – Raum & Zeit in Duggingen. Ich nenne ihn bewusst Atelier, weil er weit mehr ist als eine klassische Praxis. Hier widme ich meinen Klient*innen mit verschiedenen Methoden Zeit und Raum, um intensiv an ihrem persönlichen Wachstum zu arbeiten und ihr Wesen auf intuitive Weise zu entfalten. KIWI ist ein Ort für Entwicklung, innere Arbeit, kreative Prozesse und Selbstbegegnung. Seit Anfang 2025 ist ein weiterer Raum in Reinach dazugekommen – MindArt@KIWI – ein Ort, an dem sich Coaching mit Fotografie auf kreative Weise begegnen und Workshops für Kinder und Erwachsene, Meditationen und Familienstellen stattfinden. Verschiedene Tätigkeiten, Aus- und Weiterbildungen haben mich geprägt. Heute arbeite ich als KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat in Kinesiologie (AP), Dipl. Coachin, Schamanin und Tierkommunikatorin. Ich schätze die Methoden wie auch die Techniken dahinter sehr, da sie Menschen wie auch Tieren (und mir selbst) bei der Lösung von Blockaden und innerem Ungleichgewicht weiterhelfen. Mein Beruf ist meine Berufung.

Wie/wann begannen Sie sich für Kinesiologie zu interessieren? Sie haben ja ganz unterschiedliche alternative Therapiemethoden kennengelernt.
Mein Interesse für Kinesiologie begann durch die Erfahrung meiner Tochter, die während ihrer Schulzeit (2007) eine Kinesiologin besuchte. Dadurch kam ich selbst erstmals mit der Methode in Kontakt und war fasziniert, wie sanft und doch effektiv Blockaden gelöst werden können. Ein paar Jahre später, nach Abschluss einer anderen Ausbildung, löste dieser erste Kontakt das Bedürfnis aus, tiefer in die Kinesiologie einzutauchen.

Auf Ihrer Homepage sind neben der Kinesiologie unterschiedliche Tätigkeitsfelder aufgeführt. Darunter auch «neuzeitliche» schamanische Energiearbeit und Coaching. Erzählen Sie unseren Lesenden etwas über die von Ihnen bevorzugt angewandten Methoden.
Ich arbeite integrativ und wähle, wenn nicht explizit eine Methode gewünscht wird, je nach Anliegen des Klienten die Herangehensweise aus, die am besten passt und kombiniere sie. Oft ist es Kinesiologie, weil sie auf achtsame Art und Weise Blockaden sichtbar macht, löst und Veränderungsprozesse nachhaltig ermöglicht. Gleichzeitig umfasst mein ganzheitliches Konzept weitere Elemente, die Körper, Geist und Seele unterstützen: zur Stärkung, zur Entspannung und um die eigene Mitte

im Alltag wiederzufinden. So entstehen Raum für Entwicklung, innere Stabilität und neue Perspektiven.

Lösungsorientiertes Coaching biete ich als eigenständige Begleitung an und lasse es in der kinesiologischen Arbeit punktuell ins Gespräch einfliessen. Es bringt rasch Klarheit, neue Perspektiven und zeigt die eigenen Ressourcen gut auf. Viele schätzen mein Coaching als eigenständige Begleitung. Oft folgen darauf kinesiologische Sitzungen, denn körperliche Beschwerden sind manchmal eng mit emotionalen oder mentalen Themen verknüpft. Für mich ist es zentral, alle Ebenen ins Gleichgewicht zu bringen.

Die schamanische Energiearbeit unterstützt Menschen, die offen dafür sind, in ihrer Verbindung zu sich selbst, zur Natur und zu ihren inneren Kraftquellen. Familienstellen und systemische Impulse können dabei helfen, unbewusste Verstrickungen zu erkennen, alte Muster zu lösen und eine neue, stimmige Ordnung im Innen wie im Aussen entstehen zu lassen. Ergänzend arbeite ich mit Meditation, kreativen Elementen und Ritualen, immer abgestimmt auf das, was mein Gegenüber gerade braucht.

Hier bin ich auch für Tiere und ihre Begleiter, Menschen oder Rudelmitglieder da. Sei es mit Tierkommunikation oder Energiearbeit, ich begleite Zwei- und Vierbeiner gleichermassen, für gezielte Impulse zur körperlichen, seelischen und mentalen Balance. Oft ist es die Vergangenheit, die vor allem uns Menschen belastet. Alte Muster, Erlebnisse oder unbewusste Prägungen. In meiner Arbeit versuche ich die Wesen liebevoll ins Hier und Jetzt zu begleiten. Auch ich selbst bin auf diesem Weg, arbeite kontinuierlich an mir, um in der Gegenwart zu leben, bewusst zu sein, um authentisch begleiten zu können.

Mit der Methode Kinesiologie (AP) bin ich krankenkassenanerkannt. Dabei halte ich mich klar an die methodenspezifischen Rahmenbedingungen. Diese Struktur ist mir wichtig, weil sie meinen Klient*innen, die sich für Kinesiologie anmelden, Sicherheit und Transparenz bietet.

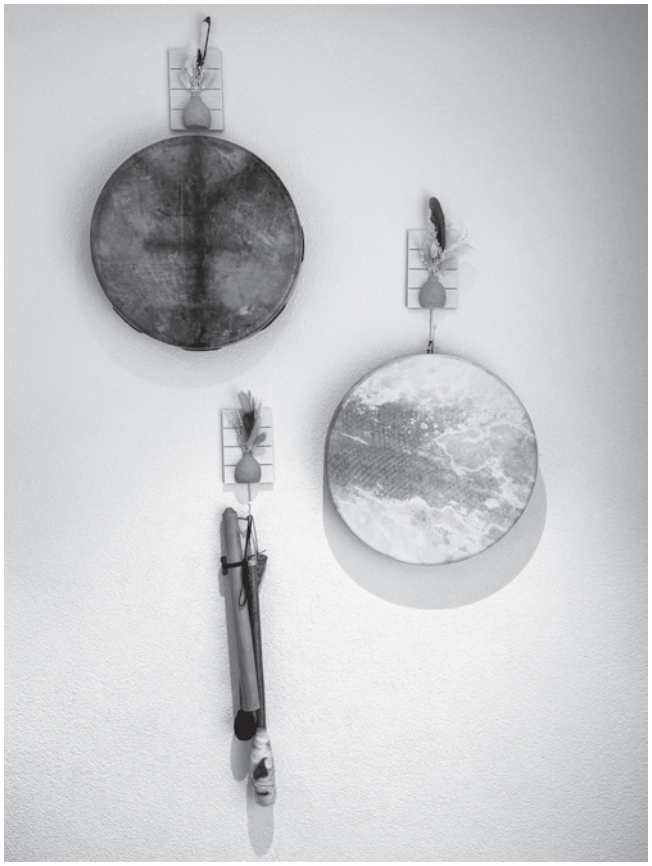
Gleichzeitig ist mein feines Gespür oft auch eine Herausforderung: Ich nehme wahr, wenn mein ganzheitliches Konzept einem Menschen guttun würde. Doch ich achte darauf, diese Methoden bewusst getrennt von der kassenanerkannten Kinesiologie anzubieten – als eigenständige, ergänzende Zugänge mit unterschiedlichen Schwerpunkten.

In welchen Lebensprozessen lassen sich Menschen von Ihnen begleiten?

Ich begleite Menschen in ganz verschiedenen Lebensphasen, bei Übergängen und Wendepunkten in ihrem Leben. Zum Beispiel wenn sie sich neu orientieren, feststecken, ihre Kraft verlieren oder spüren, dass es Zeit ist, etwas zu verändern. Das kann in Krisensituationen sein, bei Entscheidungsschwierigkeiten, aber auch in Phasen, in denen es ums Auftanken, um Selbstbegegnung oder um persönliche und kreative Entwicklung geht. Nicht jede Methode oder Struktur passt für alle. Daher arbeite ich bewusst offen, da es mir wichtig ist, dass jeder Mensch seinem ganz eigenen Rhythmus und Zugang folgen kann. Deshalb ist mein Angebot so vielseitig, aber immer feinfühlig abgestimmt auf mein Gegenüber.

Was schätzen Sie an Ihrer Praxis-Tätigkeit am meisten?

Die Nähe zu Menschen und Tieren und ihre individuellen Lebensgeschichten. Es berührt mich tief, und ich bin dankbar für das Vertrauen, das sie mir schenken,



wenn ich sie ein Stück auf ihrem Weg begleiten und in ihrer Einzigartigkeit unterstützen darf. Die vertrauensvolle Beziehung, die sich dabei entwickelt, sowie das gemeinsame Entdecken von Lösungen und Wachstum. All das ist für mich besonders wertvoll und bringt auch mich immer wieder ein Stück vorwärts. Es ist ein Geschenk, mit Empathie und Klarheit Menschen und Tiere in Bewegung zu bringen.

Ausserdem schätze ich meine Selbstständigkeit sehr: Ich kann meiner Berufung frei folgen und eigenverantwortlich Entscheidungen treffen. Ein gutes Beispiel dafür ist, welche Weiterbildungen ich mache, aus freien Stücken und ohne Vorgabe von Vorgesetzten.

Wie nutzen Sie selbst die Kinesiologie für sich und für Ihre Familie?
Kinesiologie ist für mich längst ein selbstverständlicher Teil meines Alltags geworden – sie hat mein Denken und Handeln nachhaltig verändert. Ich nutze die Techniken immer mal wieder, um auszutesten oder abzufragen, was mir gerade guttut. Manchmal ist das auch herausfordernd, da es sich nicht immer leicht anfühlt, danach zu handeln. Aber genau das bringt oft wichtige Erkenntnisse.

Kinesiologie hilft mir, achtsamer mit mir selbst umzugehen und stimmige Entscheidungen zu treffen. Auch meine Familie profitiert davon. Gerade in anspruchsvollen und hektischen Phasen sind die Techniken der Kinesiologie kraftvolle Werkzeuge. Dabei beziehe ich ganz verschiedene Aspekte mit ein: die Arbeit mit den Sinnen, den Elementen, mit Farben, Klang oder auch Akupunkturpunkten – je nachdem, was gerade hilfreich ist. Auch Freund*innen lassen sich bei Bedarf gerne von mir unterstützen.

Sie haben das Branchenzertifikat Komplementär Therapie mit dem Diplom abgeschlossen. Wie wichtig ist für Sie regelmässige Weiterbildung und der Austausch mit anderen Therapeut*innen?
Essenziell! Regelmässige Weiterbildung und Austausch sind für mich extrem wichtig, um fachlich auf dem neuesten Stand zu bleiben und meine Arbeit kontinuierlich zu vertiefen. Es ist für mich auch wichtig, mich persönlich weiterzuentwickeln. Der Kontakt zu anderen Therapeut*innen erweitert meinen Horizont, fördert Inspiration und ermöglicht Reflexion. So kann ich meine Klient*innen mit hoher Qualität und Professionalität begleiten. Ich lerne gern, frische mein Wissen regelmässig auf und baue so meinen Horizont aus.

Sie bieten auch freie Zeremonienreden an. Wie kam es zu diesem Angebot und zu welchen Anlässen werden Sie gebucht?
Das kam ganz natürlich – aus meiner Freude an Sprache, Ritualen und den Übergängen im Leben sowie dem Wunsch, Menschen auch in diesen besonderen Lebensphasen zu begleiten. Jede Zeremonie gestalte ich individuell, persönlich und mit viel Herz – so einzigartig wie die Menschen, um die es geht und die Momente, die wir gemeinsam feiern oder verabschieden. Mir ist es besonders wichtig, dass die Persönlichkeiten der beteiligten Menschen in meinen freien

Zeremonie-Reden deutlich spürbar und authentisch zum Ausdruck kommen, damit ihre Einzigartigkeit und ihr Wesen greifbar werden und sie sich selbst in den Worten wiederfinden sowie von anderen darin erkannt werden.

Besonders Trauerfeiern und die Trauerbegleitung sind für mich eine sehr achtsame Aufgabe. Es kann herausfordernd sein, professionell zu bleiben, wenn ich jemandem aus meinem Umfeld begegne oder bereits vor dem Abschied Kontakt zur verstorbenen Person hatte. In solchen Momenten braucht es Klarheit und innere Stabilität, um mitfühlend, aber präsent zu bleiben. Zeremonien für freudige Anlässe wie Taufen, Willkommensfeiern oder Hochzeiten berühren mich ebenso tief wie Abschiede. Bislang durfte ich vor allem Trauerfeiern gestalten, eine Aufgabe, die ich mit grosser Achtsamkeit und Dankbarkeit wahrnehme. Dazu kommt eine Willkommensfeier, die viel Freude bereitet hat. Ich freue mich sehr darauf, in Zukunft mehr der freudvollen Zeremonien mitzugestalten. Es macht mir Freude, Menschen zu begleiten und zu unterstützen mit Worten die tragen und verbinden.

Wenn sie nicht Therapeutin geworden wären, welcher «kühne Berufstraum» hätte sie auch fasziniert?
Da gibt es zwei Bereiche: Zum einen hätte ich mir vorstellen können, als Künstlerin oder in einem kreativen Berufsfeld zu arbeiten, das mit Ausdruck und Gestaltung zu tun hat. Die kreative Welt fasziniert mich sehr, und diese Leidenschaft lebe ich heute unter anderem in meinen kreativen Workshops aus. Zum anderen träumte ich als junge Frau davon, mit Tieren zu arbeiten – zum Beispiel als Tierärztin oder Tierpflegerin. Diesen Teil meines Berufstraums erfülle ich mir heute durch Tierkommunikation und Tierenergetik, was mir sehr am Herzen liegt. Ich stelle also fest, dass ich meine kühnen Berufsträume bereits in der einen oder anderen Form lebe.

Wie entspannen Sie sich vom Praxisalltag; welchen Ausgleich brauchen Sie in ihrer Freizeit?
In meiner Freizeit finde ich Ausgleich vor allem in kreativen Tätigkeiten – sei es beim Malen, Gestalten oder in der Gartenarbeit. Diese Momente schenken mir Ruhe und neue Energie. Zugegeben, es fällt mir nicht immer leicht, ganz abzuschalten – aber ich arbeite daran. Yoga und Meditationen helfen mir dabei, wieder in meine Mitte zu kommen. Auch unsere tierischen Familienmitglieder bereichern mein Leben täglich mit

ihrer Präsenz, bedingungsloser Liebe und dem feinen Gespür für Stimmungen.

Ebenso wichtig sind mir Begegnungen mit mir nahestehenden Menschen, die mein Herz berühren, tiefgründige Gespräche, sowie Auszeiten, in denen ich ganz bewusst für mich selbst da bin. Es ist die Balance zwischen kreativem Schaffen, Natur und liebevollen Verbindungen.

Wie beurteilen Sie ganz allgemein die aktuellen Weiterbildungsmöglichkeiten in Kinesiologie und die Entwicklung der OdA KT?

Die aktuellen Weiterbildungsmöglichkeiten im Bereich Kinesiologie erlebe ich als vielfältig und in vielem zukunftsorientiert. Die OdA KT leistet wichtige Arbeit, um Qualität, Transparenz und Anerkennung weiter zu stärken (ob in den angebotenen Weiterbildungsmöglichkeiten oder den Qualitätsvorgaben anderer Schulen), das empfinde ich als wertvoll. Gleichzeitig wünsche ich mir, dass bei aller Professionalisierung und Strukturierung nicht vergessen geht, woher die Kinesiologie kommt und worum es im Kern geht: um eine Methode, die den Menschen in all seinen Facetten anspricht – körperlich, emotional, mental, energetisch. Es wäre schade, wenn dieser ganzheitliche, kreative und intuitive Raum zu sehr eingeengt würde. Weiterentwicklung ist wichtig – aber mit Bewusstsein für die Wurzeln und das Wesen dieser Arbeit. Die Anerkennung einer Methode verlangt oft eine sehr rationale Sprache und Struktur, die dem ursprünglichen Kern nicht immer gerecht wird.

Man spürt Ihre Begeisterung speziell für die Methode Kinesiologie, die Ihnen subtile Begegnungen mit Klient*innen und deren Lebensthemen ermöglicht.

Für mich steht das Wesen jedes Lebewesens im Zentrum – ob Mensch oder Tier. Hinter dem, was im aussen sichtbar ist, liegt ein innerer Kern, der gesehen, gehört und verstanden werden möchte. Mit Achtsamkeit, Respekt und Offenheit begegne ich diesem Kern, wenn er sich mir zeigt. Wie ich gerne sage: «ich ziehe die Fäden im Spinnennetz des Lebens und finde so die Berührungspunkte von Lebens-Themen». Alles ist miteinander verwoben und auch wenn ein Problem oder Thema das belastet, im Mittelpunkt steht, so ist es doch meist ein Zusammenführen von verschiedenen Situationen und Erlebnissen, die ich so aufdecken kann.

Mit innerer Offenheit zu begleiten ist für mich kein Anspruch an Perfektion, sondern ein bewusster Weg: urteilsarm, zugewandt, auf Augenhöhe.

Veränderung und persönliche Entwicklung sind lebendige Prozesse, keine festgelegten Ziele. Ich unterstütze Menschen und Tiere so, dass sie ihr inneres Gleichgewicht finden, Ressourcen stärken und ihren ganz eigenen Weg gehen können.

Mir ist wichtig, dass die Methode Kinesiologie aus sich heraus ernst genommen wird – weil sie wirkt, berührt und Raum für nachhaltige Entwicklung öffnet. Es braucht Zeit, eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen

Klient*innen und Therapeutin aufzubauen. Authentizität, Tiefe und ein feines Gespür leiten mich in meiner Arbeit.

Beruf und Privatleben sind für mich eins: ich bin einfach mich selbst – echt, neugierig, kreativ – und immer auf der Suche nach dem, was wirklich zählt.

Dass ich diesen Weg mit Klarheit und Offenheit gehen kann, verdanke ich auch meiner Familie und meinem engsten Umfeld. Sie schenken mir Vertrauen, ermutigen mich, wenn ich einmal nicht so «mag» und geben mir Raum, immer wieder bei mir selbst anzukommen. Dafür bin ich so sehr dankbar.

Unser Heftthema lautet «INTELLIGENZ». Was fällt Ihnen ganz spontan dazu ein?

Kommt ganz darauf an, was man unter Intelligenz versteht. Für mich ist Intelligenz jedenfalls weit mehr als angehäuftes Wissen oder ein erworbener Titel auf einem Stück Papier. Vielmehr bin ich der Meinung, geht es darum, wie wir Wissen auf allen Ebenen anwenden – und darum, feinfühlig und vernetzt zu denken und zu fühlen und daraus stimmiges Handeln entstehen zu lassen.

Intelligenz zeigt sich für mich darin, wie wir uns selbst und andere wahrnehmen und verstehen, wie wir auf Veränderungen reagieren und mit Herz und Verstand Entscheidungen treffen. Auch die Fähigkeit, Fehler einzugestehen und flexibel neu zu denken gehört für mich dazu.

Und – Intelligenz beginnt für mich nicht erst mit dem Denken, sondern ganz früh – mit der Entstehung des Wesens. Das sollte nicht unterschätzt werden.