

ONLINE-HALBTAGES-SEMINAR

Du bist gut so, wie Du bist!

Sei Dir Deiner selbstBEWUSST! Wie sieht Dein inneres Gleichgewicht aus? Wie redet Dein Körper mit Dir? Welche limitierenden oder unterstützenden Gedanken hast Du ins Unterbewusstsein geschoben? Hast Du einen emotionalen Schieberegler und wo steht er, eher auf minus oder auf plus? Willst Du Deine Stärken noch besser kennenlernen, Dich mit Deinen Werten und Lebenssinn auseinandersetzen und Deine Ressourcentankstelle für Dich aktivieren? Damit hast Du die Möglichkeit, Deinen Selbstwert zu stärken.

Dein Nutzen:

- Du lernst Deinen Körper & seine Signale besser kennen.
- Du spürst, wie wertvoll die innere Ruhe für Deinen Verstand ist.
- Du stärkst Dein physisches & psychisches Immunsystem.
- Du lernst Deine bewussten und unbewussten Gedanken im Alltag zu beobachten.
- Du erkennst, welche Gedanken Du in Deinem Unterbewusstsein abgespeichert hast und wie Du sie findest.
- Du lernst Deine Gedanken und Glaubenssätze umzuwandeln, damit sie Dich unterstützen und Du Dir so eine positive Grundeinstellung antrainieren kannst.
- Du setzt Deinen emotionalen Schieberegler gezielt und nutzbringend ein.
- Du findest heraus was Dir wirklich wichtig ist und wie du es auch erreichst.
- Du lernst die Gipfelmethode kennen, mit der Du Deinen Lebenssinn hinterfragen kannst.
- Du wirst Dir Deines inneren Gleichgewichts bewusst.

Ich lade Dich auf eine Reise zu Dir selbst ein. Sei Dein eigener Drehbuchautor und schreibe Dir Deine Geschichte so wie Du sie leben möchtest, dazu lade ich Dich ein.

In diesem Seminar geht es um Dich und Deine Schritte in eine von Dir gestaltete Zukunft. Es ist wunderschön ganz bei Dir selbst anzukommen und Dich so akzeptieren zu können, wie Du bist. Denn Du bist ein wundervoller Mensch.

