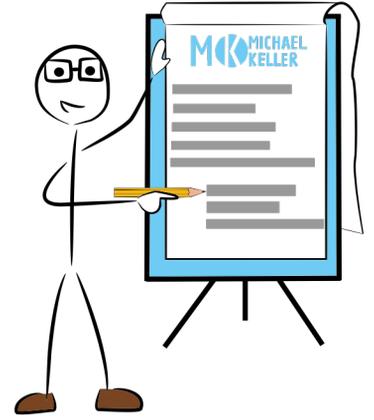


KURSBESCHREIBUNG

THEMENÜBERSICHT

DER BASIC LOOP DER SELBSTREFLEXION:



Worum geht's beim Basic-Loop der Selbstreflexion?

- Bewertungen

Erfahren Sie wann Sie versteckt und oftmals negativ bewerten und wie Sie Ihr Wohlbefinden über die Regulation Ihrer Bewertungen leicht steigern können.

- Agieren statt reagieren

Entdecken Sie, wie oft Sie am Tag in ein Reagieren hineinrutschen und wie Sie Ihre Wahrnehmung dahingehend entwickeln können, Ihr Reagieren statt zu agieren schnell zu erkennen, um gleich wieder ins lösungsorientierte Verhalten zurückzukehren.

- Regulation der Aufmerksamkeit

Häufig wird im täglichen Geschehen unbewusst mehr dem Mangel statt dem Haben Aufmerksamkeit geschenkt. Erlauben Sie sich, Ihre Stärken, Vorteile und Erfolge wahrzunehmen und diese in den Mittelpunkt Ihrer Wahrnehmung zu stellen.

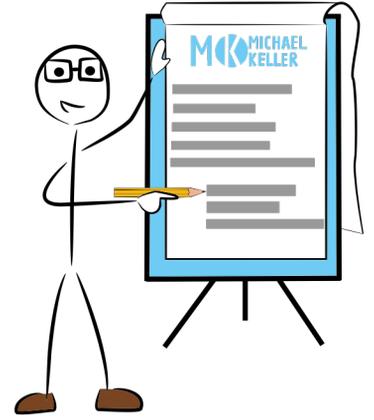
- Körperarbeit

Lernen Sie die Wirkung Ihrer Körpersprache auf sich selbst kennen und diese im Positiven gezielt zu nutzen.

KURSBESCHREIBUNG

THEMENÜBERSICHT

DER BASIC LOOP DER SELBSTREFLEXION:



Worum geht's beim Basic-Loop der Selbstreflexion?

- Die Kraft der Gedanken

Eine einfache Erklärung von Hypnose ist:

Hypnose ist ein Gedanke, der wirkt. Schon allein der Gedanke an ein geniales Konzert kann im Hier und Jetzt eine Gänsehaut auslösen. Entdecken Sie, welche positiven hypnotischen Gedanken bereits in Ihnen sind und nur darauf warten, dass Sie sie zu Ihren kraftvollen täglichen Begleitern machen.

IHR ENERGIEKONTO:

Ihr Energiekonto ist die Basis für Ihr Wohlbefinden. Ihr Energiekonto funktioniert in gleicher Weise wie Ihr Geldkonto:

Je mehr Ihr Geldkonto / Energiekonto gefüllt ist, desto mehr kann Ihr Geldkonto / Energiekonto belastet werden und sind Sie davor geschützt, in den roten Bereich zu geraten.

An diesem Seminarwochenende erfahren Sie, wie Sie über die Anwendung von Autosuggestionen, Meditation und dem Schnell-Bodyscan Ihr Energiekonto leicht und gut füllen können, um den täglichen Belastungen kraftvoll begegnen zu können.