

Selbstcoaching-Tools: einfach & wirksam

Online Seminar

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Gehen Sie den nächsten Schritt!

Sie möchten in Ihrem Leben etwas verändern?

Unabhängig davon, ob es sich um eine kleine oder große Veränderung handelt, ob Sie ein

ganz konkretes Ziel anstreben oder Sie einfach von einem diffusen Gefühl von „Irgendwas muss anders werden!“ begleitet werden:

Mit wirksamen Übungen, Techniken und Tools stehen Ihre Chancen wesentlich besser, vom Ist- zu Ihrem gewünschten Soll-Zustand zu gelangen.

Wir können sehr wohl aus alten Mustern aussteigen, unsere gedanklichen Fesseln ablegen und neue Pfade betreten. Einige Möglichkeiten, wie Ihnen dies gelingen kann, zeigen wir in diesem Workshop.

Aus dem Inhalt:

- Der Emotionscode nach Dr. Bradley Nelson

Eine Methode der Identifizierung von blockierenden Emotionen, welche Krankheiten, körperliche Beschwerden, emotionale Schwierigkeiten und vieles mehr verursachen.

- Anker und positive Gefühle jederzeit abrufen

Bei der Anker-Methode geht es darum, dass man positive Gefühlszustände „speichert“ und bei Bedarf wieder abrufen kann.

Eine Hilfe vor allem in schwierigen und herausfordernden Situationen.

- Tapping – Klopfen für Gesundheit und Wohlbefinden

Klopfakupressurverfahren sind hochwirksame und leicht erlernbare Techniken, die u.a. Stress abbauen, negative Gefühle neutralisieren bis hin zur Bearbeitung von traumatischen Erlebnissen. Weltweit durchgeführte Studien belegen mittlerweile die Effektivität der psychologischen Klopfakupressur.

- The WORK nach Byron Katie

Seit der Entwicklung 1986 gehört diese Methode zu einer der international erfolgreichsten, um Gedanken und Glaubenssätze zu identifizieren, die Stress auslösen und uns aus dem inneren Gleichgewicht bringen.

Das Seminarangebot liefert jedem therapeutisch Tätigen und Interessierten ein wertvolles Werkzeug für die Praxis und den Alltag.

Dozent/in Petra Krimphove: Jg. 1965; Frau Krimphove arbeitete viele Jahre als Lehrerin. Heute unterstützt sie als ganzheitlicher Gesundheitscoach in ihren Fortbildungen, Workshops und Coachings Menschen achtsam und professionell darin, eine gute Selbstfürsorge und innere Balance zu entwickeln. Sie hilft ihnen, `Bremsen` zu lösen, das eigene Potential zu erkennen und zu leben. Dabei greift sie auf verschiedene, vielfach erfolgserprobte Ansätze aus NLP, The WORK (nach Byron Katie), wingwave und dem Achtsamkeits- und Entspannungstraining zurück. Ihre Lebensgeschichte, ihre Erfahrungen und die Expertise aus ihrer langjährigen erfolgreichen Arbeit ermöglichen es ihr, auf ein fundiertes Know-how zurückgreifen zu können. Mit sehr viel Freude und Motivation arbeitet sie als Dozentin und Referentin sowie in eigener Praxis.

Termine:

Mi. 09.10.2024

Mi. 16.10.2024

Mi. 23.10.2024

jew. 19:00-22:00 Uhr

Preis:

180,- Euro *



Paracelsus Schule

Onlineunterricht

Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

SSB111091024

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

