



Mental aktiv

„Wie Sie über sich selbst hinauswachsen“

In einer Zeit, die noch nie so frei und voller Möglichkeiten war wie die heutige, ist ein guter Mentalzustand die Voraussetzung dafür, erfolgreich zu sein und ein erfülltes Leben zu führen.

Sie nehmen aus diesem Workshop viele Impulse mit, die Ihnen zeigen, wie Sie neue Perspektiven gewinnen und Ihre Potenziale aktivieren.

„Das Wichtigste zuerst – Kann ich Nein-Sagen?“

Erster Workshop aus der 6-teiligen Workshop-Reihe in Stainz.

Kennen Sie Situationen, in denen Ihnen ein NEIN schwer oder gar nicht über die Lippen kommt? Wo Ihr Gefühl sagt – Da läuft etwas verkehrt? Bevor Sie wissen, was das sein könnte, ist der andere sein Problem bereits losgeworden?

Dieser Mental-Workshop zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, typische Fallstricke und Gewohnheiten zu durchbrechen, damit Ihr Nein-Sagen gelingt.

Inhalte:

- Stolpersteine und Chancen identifizieren
- auf eigene Bedürfnisse achten
- mit Prioritäten Grenzen setzen
- innere Stabilität aufbauen
- konstruktiv Nein-Sagen

Zeit: 20. April 2017 - 17:45 – 20:45

Kosten: € 45

Ort: 8510 Stainz, Hauptplatz 9 – 1. Stock; Lebenswerkstätten Stainz

Kontakt / Anmeldung: www.die.coach

Sylvia Fauland, MSc – Mentalcoach – 0664 531 588 3

