

Sei Dein bester Coach!

Mentaltraining-Workshop der IDENTITÄTSKRAFT-Trainerin Anja Köhler
in Kooperation mit der evangelischen Pfarrgemeinde Hirschhorn

Sie möchten Ihr Leben wieder selbst in die Hand nehmen? Selbstcoaching hilft Ihnen mit Stress besser umzugehen, sich zu motivieren, Entscheidungen sicher zu treffen und das Ruder wieder zu übernehmen.

Lernen Sie in diesem Workshop, wie Sie Ihre Zufriedenheit wieder selbst steuern können. Verschaffen Sie sich mit Hilfe von wirksamen Mentaltechniken einen Überblick über Ihre Lebensthemen und nutzen Sie die Kraft der Entscheidung, um sich auf Ihre Stärken zu konzentrieren. Mit Selbstcoaching werden Sie unabhängig von äusseren Umständen und lernen, Ihre Talente noch besser zu nutzen.

Inhalte des 1-Tages-Workshops

- Einführung in das Mental- und Bewusstseinstaining
- Meine persönliches Life-Map
- Innere Zufriedenheit erschaffen
- Wege aus der Negativ-Spirale
- Das Opfer-Täter-Spiel verlassen
- Die Kraft der Entscheidung nutzen
- Innere Kräfte aktivieren
- Mich selbst wertschätzen
- Selbstcoaching mit der IDENTITÄTSKRAFT® Methode

Der Workshop ist auch für externe Teilnehmer offen.



Ihre Trainerin

Anja Köhler

Dipl.-Mentalcoach (CH)
Zert. Mentaltrainerin

IDENTITÄTSKRAFT®
AKADEMIE

Preis:

Einmaliger Sonderpreis für die Kirchengemeinde-
40,-€ p.P. inkl. Verpflegung und Unterlagen

Anmeldung:

Anja Köhler
Hauptstr. 30, 69434 Hirschhorn
Per E-Mail: info@anja-koehler.eu
Telefonisch: 06272 929 950

Internet: www.anja-koehler.eu

Wann?

Samstag, 29. Oktober 2016, 9:00 – 17:00 Uhr

Wo?

Evangelisches Pfarrgemeindehaus Hirschhorn