

Sei Dein bester Coach!

Mentaltraining-Workshop der IDENTITÄTSKRAFT-Trainerin Anja Köhler

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 persönliche 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

Sie erhalten ein Zertifikat der Identitätskraft Akademie über die Teilnahme am Workshop.



Ihre Trainerin

Anja Köhler
Dipl.-Mentalcoach (CH)
Zert. Mentaltrainerin
www.anja-koehler.eu

IDENTITÄTSKRAFT®
AKADEMIE
www.identitaetskraft.de

Preis:
89,-€

Rahmen:
Wasser, Kaffee, Tee, kleine Snacks werden gestellt.

Anmeldung und weitere Informationen:

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

Wann?

Samstag, 14. April 2018, 10:00 – 16:00 Uhr

Wo?

Weingut Nicole Graeber
Schanzstr. 21
67480 Edenkoben

**Feedback von Teilnehmern des Workshops
„Sei Dein bester Coach“:**

- "Liebe Anja,
du hast eine tolle Ausstrahlung, ich merke, dass du lebst, was du erzählst...."
- "... Es war für mich endlich mal wieder ein sehr entspannter Tag..."
- "... Es hat uns sehr gut gefallen. ... Beim nächsten Wochenend-Seminar versuchen wir zu kommen ..."
- "... Ich fühle mich nach dem Workshop sehr viel besser, bekräftigt! ..."
- "... entschuldige bitte, dass ich mich erst jetzt zu einem Feedback melde. Familiäre Dinge und auch die Nachwirkungen des Seminars, welches ganz viel in mir bewegte, haben meine Antwort etwas verzögert. Gleich montags konnte ich dann aber schon etwas umsetzen, das mich schon fast ein ganzes Jahr beschäftigt hat. Ich war danach erleichtert und auch ein wenig stolz auf mich.
An Dich nochmals ein herzliches Dankeschön für diesen Kurs, den Du so einfühlsam und sensibel geleitet hast. Ich habe mich sehr wohl gefühlt ..."
- "...Der Workshop "Sei dein bester Coach" war für mich eine große Erfahrung. Ich konnte Vieles umsetzen, konnte mit meinen Problemen besser umgehen und bekam somit meine Situation besser in den Griff. Ich würde jederzeit wieder an diesem Workshop teilnehmen. ..."