

Die wichtigsten Inhalte:

- Erkennen, wer oder was mich aktuell noch daran hindert, eigene Grenzen zu sprengen
 - Blockaden erkennen, Ursachen finden, lösen
 - Ballast über Bord werfen, aufbrechen und meinen eigenen Weg zu gehen
 - Entscheiden, es – endlich – zu tun
 - Eigenes Selbstvertrauen stärken
 - Selbstsicherheit aufbauen
 - Übungen zur Stärkung der eigenen Person
 - Übungen: Wie sage ich es, wie packe ich es an, damit es auch in der Realität klappt?
 - Die eigenen Ziele definieren
- Loslassen: Raus aus der Denkhaltung „Ich kann es doch nicht...“

Vorbereitung:

- Das Konzept des Seminar sieht es vor, dass wir aktuelle Situationen der Teilnehmer intensiv bearbeiten
- Daher ist es notwendig, dass alle Teilnehmer gut vorbereitet mit einem konkreten Thema kommen
- Wir werden uns an diesen zwei Abenden mit diesen Themen in aller Ruhe auseinandersetzen

Teilnehmerkreis

Dieses Seminar richtet sich an alle:

- Die wirklich etwas verändern wollen
- Die bereit sind, sich mit den eigenen Grenzen auseinander zu setzen
- Die bereit sind, etwas anzupacken, was sie sich bisher noch nicht getraut haben
- Die offen sind, für eigene Schwächen, um daraus Stärken zu machen