

Gedanken-Kompass

Praxis für medizinische Hypnose, Coaching und Entspannung
Anette Goebel, Heilpraktikerin, Schwabacher Str. 38, 90768 Fürth

Bleib-Dran-Abendkurs

Wie können wir unseren inneren Mutmacher stärken?

Unseren inneren Kritiker kennen wir nur allzu genau. Jeder von uns hat die warnende Stimme schon gehört, wenn wir ein neues Projekt in die Wege leiten wollten: "Das schaffst du sowieso nicht, lass es bleiben", "du bist (noch) nicht gut genug", "bleib lieber da, wo du bist, da weißt du, was du hast" Oft genug lassen wir uns davon beeindrucken und beeinflussen und fangen gar nicht erst an, unseren angedachten Wünschen nachzugehen. Und so plätschert das Leben an uns vorbei, wir spüren eine innere Unzufriedenheit, werden antriebslos, fühlen uns irgendwie machtlos und manchmal führt uns das Ganze auch in eine Depression.

Aber in uns befindet sich auch ein Teil, der uns Mut macht, der uns inspiriert, neue Ziele anzugehen und diese zu verwirklichen. Es ist der Teil, der uns antreibt, uns neu zu entdecken, unsere Ideen umzusetzen und unsere Talente und Fähigkeiten zu leben. Er hilft uns, dran zu bleiben an unseren Zielen, schenkt uns Kraft und Zuversicht.

Leider schenken wir ihm, **unseren inneren Mutmacher**, meist viel zu wenig Raum und Zeit.

In diesem Abendkurs gehen wir den Fragen nach:

- Warum ist es so wichtig, neue Ziele anzustreben?
- Wie können wir dem inneren Mutmacher mehr Gehör schenken und damit dafür sorgen, dass wir unsere Vorhaben in die Tat umsetzen?
- Welche Möglichkeiten gibt es, den inneren Kritiker zu besänftigen?



Es wird ein lebendiger, kreativer, kommunikativer Abend für Menschen, die an ihrer persönlichen Weiterentwicklung interessiert sind und dadurch, nicht zuletzt, auch ihre Gesundheit stärken können.



- Mitzubringen sind:** Schreibzeug, Buntstifte, Block für Notizen
Termin: Donnerstag, 16. August 2018
Uhrzeit: 19.30 Uhr - ca. 22.00 Uhr
Ort: Praxis: Gedanken-Kompass, Schwabacher Str. 38, 90768 Fürth
Teilnehmer-Gebühr: 35,-- Euro (bitte in bar mitbringen)/inkl. Skript

Telefonische Anmeldung erwünscht bis spätestens 09. August 2018

(Tel.-Nr. 0911 / 97902400)

Ich freu mich auf Euch!

"Die beste Investition ist die in Dich selbst"

☎ 0911 / 97902400

E-Mail: anette.goebel@t-online.de

www.gedanken.kompass.de