

## **Abend-Workshop: Mein Leben leben**

Eine Standortbestimmung, Inventur der Gefühle und Weichenstellung hin zu einem erfüllten glücklichen Leben

### **3 Fragen,**

die Sie sich Ihr Leben betreffend, stellen könnten:

- Wo stehe ich?
- Wie geht es mir?
- Wo will ich hin?

Wenn Sie auf alle 3 Fragen **befriedigende Antworten** finden – und zwar **sofort** und **klar** – dann überblättern Sie einfach diese Seite.

Wenn da aber Zweifel aufkommen oder solche Sätze wie ‚Ich weiß selbst nicht, was ich will.‘ - ‚Könnte besser sein.‘ - ‚So kann es nicht weiter gehen.‘ - ‚Mal sehen, was da noch kommt.‘ – dann lesen Sie am besten sehr aufmerksam das Programm zu diesen Workshops.

Es könnte sein, dass Sie das eine oder andere Thema anspricht und Sie somit zu den richtigen Antworten auf aktuelle Fragen Ihres Lebens führt.

Natürlich können Sie mich auch anrufen, wenn Sie Fragen zu Ablauf, Inhalt oder weiteren Details haben.

Sie erreichen mich unter **03491 – 62 86 534** .

### **Diese Kurse könnten sehr wertvoll für Sie sein, wenn ...**

- Sie sich selbst besser kennen lernen möchten.
- Sie verstehen wollen, warum Sie in bestimmten Situationen ausgerechnet so handeln, auch wenn Sie es gern anders tun würden.
- Sie lernen möchten, damit besser umzugehen bzw. anders zu re-agieren.
- Sie auf Ihr Leben einmal aus einem anderen Blickwinkel schauen möchten.
- Sie den starken aktiven Kern in sich stabilisieren wollen.
- Sie zufrieden mit Ihrer Lebens-Situation sind und einfach Ihren „Horizont erweitern“ möchten.

Mit diesen Workshops wird es Ihnen möglich. Er ist Basis und Schlüssel für einen intensiven Selbsterkenntnisprozess. Wenn Sie der ausgetrampelten Pfade überdrüssig sind, brauchen Sie **Kraft** und **Wissen**, um diese verlassen zu können. Und Sie müssen ein lohnendes **Ziel** vor Augen haben.

Diese 3 Komponenten sind jeweils in den abendlichen Kursen enthalten. Dabei wenden wir uns wesentlichen Lebensthemen und typischen Verhaltensstrategien zu. Und natürlich den Möglichkeiten, aus den alten Bahnen heraus zu kommen.

Sie bekommen Zugang zu versteckt wirkenden, belastenden oder begrenzenden Gefühlen und erlernen den ehrlichen Umgang mit sich selbst und Ihrem Leben. Das Ganze hat nichts mit Positiv-Denken zu tun. Es ist besser. Es ist der Weg in ein grundlegend neues und verantwortungsbewusstes Lebensgefühl.

Der Kurs umfasst 7 x 2 Stunden, die aber auch einzeln wertvoll sind und deshalb einzeln gebucht werden können.

Sie können sich also einzelne Abende heraus suchen oder das ganze Paket buchen (Bonus).

Dauer: jeweils 2 Std.            19.30 – 21.30 Uhr  
Preis: 35 €/Abend; Gesamt-Workshop 245 €  
Max. 8 Personen/Abend

Bonus:

Wenn Sie alle 7 Termine buchen und in einem Betrag bezahlen, bekommen Sie einen Gutschein für eine 1-stündige Gratis-Einzel-Beratung.

Ziel der Kurs-Reihe ist es, Ihnen zu ermöglichen, dass Sie Ihr Leben auf eine neue Qualitätsstufe heben lernen.

Kein anderer als Sie selbst kann Sie von begrenzenden Gedanken und Handlungsmustern befreien. Manchmal ist Hilfe in Form von Anleitung, Beratung und Coaching sinnvoll, denn selbst ist man zu sehr in seinen eigenen Problemen verstrickt. Diese kostengünstige und effektive Form eines Workshops, bietet Ihnen dafür eine einzigartige Möglichkeit, sozusagen ein Startkapital.

**Was Sie alles bekommen:**

- Kursmaterial jeweils am Abend
- Material zum Mitnehmen, für später, damit Sie „dranbleiben“ können
- geführte Meditationen, die Sie an die Kernthemen heranzuführen, mit deren Hilfe Sie in der Lage sein werden, blockierende Energien aufzulösen und neue zu mobilisieren
- Getränke und Knabbereien

**Und das sind die Themen:**

06.11.2014 -        Ärger – ein Gefühl, das jeder kennt.  
Ungewollt, unangenehm – aber sehr sinnvoll.  
Woher kommt Ärger? Wie gehe ich derzeit damit um?  
Die bessere Variante - mein Potenzial darin.

20.11.2014 -        Gefühle – Wut, Scham, Traurigkeit, Neid, Einsamkeit, Liebe,  
Hilflosigkeit ... - Emotionen und ihre Botschaften.  
Es gibt keine guten und schlechten, nur menschliche.  
Der „gute“ Umgang mit Gefühlen und Empfindungen.

- 04.12.2014 - Liebe - Elternliebe, Kinderliebe, Liebe zwischen Lebenspartnern.  
Über Zugehörigkeit, Lebensgesetze und Spielregeln.  
Ein Abend, der Ihnen die Augen öffnen wird, damit Sie Ihr Herz  
öffnen können ... in Liebe.
- 08.01.2015 - Neubeginn - was ist an jedem Anfang wichtig?  
Ein neues Jahr mit guten Vorsätzen?  
Über Vorsätze, Ziele und Entscheidungen.
- 22.01.2015 - Lebens-Inventur  
Lebenszeit: Das war. – Das ist. – Das kommt noch.  
Ein ehrlicher Blick auf das (bisher) gelebte Leben.  
... und: das Beste kommt zum Schluss!
- 05.02.2015 - Über Geben und Nehmen und Kuhhandel.  
Von der Ohnmacht in die Kraft.  
Damit Sie das erreichen können, was in Ihnen steckt.  
Damit wir lernen, das Viele um uns und in uns zu erkennen  
... und statt im Mangel in der Fülle leben lernen.
- 19.02.2015 - Für den Alltag – Tipps und Tricks für einen „guten Alltag“.  
Dankbarkeit, ein Schlüssel zum Glück.  
Happy Hour - sich vom Seelenmüll des Tages befreien.  
Atem ist Leben.  
... und vieles mehr

**Wenn Sie Lust verspüren, sich auf diese Themen oder auch nur ein ausgewähltes einzulassen, werden Sie wichtige Impulse für Ihr reiches Leben bekommen.**

**Ich freue mich auf Sie und darauf, dass ich ein Stück Ihre Wegbegleiterin sein darf.**

**Herzlichst**



**Anmeldung:**

e-mail: [info@monika-niebisch.de](mailto:info@monika-niebisch.de)

Telefon: **03491 – 62 86 534**

## Workshop – Abend-Kurs: Mein Leben leben