

Hallo du Liebe!

Bist du dünnhäutig, ausgelaugt oder drehen sich deine Gedanken im Kreis und du weißt nicht weiter? Bist du oft unruhig, fühlst dich immer wieder unter Druck und kannst dich manchmal schlecht konzentrieren?

Hast du öfter das Gefühl, dass du geduldiger, zufriedener, beziehungsorientierter, fröhlicher, liebevoller, größer, kleiner, dicker oder dünner sein solltest???

Wie oft „beschuldigst“ du dich selbst dafür, nicht gut genug zu sein?

Möchtest du endlich etwas dafür tun, um wieder Selbst-bewusster zu sein, mehr positive Energie und Leichtigkeit in deinen Alltag zu bringen, achtsamer mit dir selbst umgehen und zu wissen was du auch in schwierigen Momenten konkret tun kannst, um dir selbst die Unterstützung zu geben, die du brauchst?

Es gibt hilfreiche Methoden, dir selbst zu helfen und ich unterstütze Dich von ganzem Herzen dabei!

Resilienz ist unsere seelische Widerstandskraft und unser gesamtes LEBEN erlernbar - wir wissen meist nur nicht WIE wir uns helfen können - Mach jetzt mit und lerne, was du tun kannst, um gelassener in schwierigen Zeiten zu bleiben und wieder zur Ruhe zu kommen.

Mach endlich Schluss mit Stress und Erschöpfung!

Entdecke welche Ressourcen in dir schlummern, die nur von dir geweckt werden wollen!

Es gibt sogenannte "Schlüssel", die dir dabei helfen werden - ich vermittele sie dir so, dass du sie wirklich verstehen und anwenden kannst - es braucht "nur" Übung, Übung, Übung!

Den 2- teiligen Workshop kannst du als Aufzeichnung buchen oder als Live- Seminar.

Als Aufzeichnung hast du den Vorteil, jederzeit auf ihn zugreifen zu können und für jede Übung so viel Zeit zu lassen, wie du benötigst. Außerdem ist er kostengünstiger.

Als Live- Seminar kannst du deine Fragen sofort stellen, und wir werden über alles miteinander ins Gespräch gehen, was dich beschäftigt. Live -Gruppenseminare ab 5 Personen erhalten einen Rabatt.

Im Preis inbegriffen sind bei der Buchung der „Aufzeichnung“, als auch beim „Live- Seminar“ jeweils 2 Gespräche zu 45 Minuten mit mir und ein 45 Seiten Übungs- Arbeitsheft.

Melde Dich JETZT an und schreibe mir eine email, damit wir deine Vorstellungen und Wünsche gemeinsam besprechen können!

Ich freue mich auf Dich!

Deine Claudia von KinderHochDrei

