



„Sand im Getriebe“

-  Du hast das Gefühl, irgendwie läuft es gerade nicht so rund, wie du es gerne hättest
-  Du möchtest deine Antrieber und Glaubenssätze, die dich immer wieder zurückhalten und bei Vorhaben hindern kennen lernen
-  Du möchtest positive Motivationssätze für deinen Alltag erarbeiten
-  Du benötigst Unterstützung beim Verwirklichen deiner Vision, deines Traumes, deines Zieles.

=> Resilienz stärken, Mobbing auflösen, Traumata erkennen und transformieren, ins TUN kommen.

Termin 1

Dein Leben ist voller Herausforderungen. Irgendwie spürst du Sand im Getriebe. Es happert, es geht einfach nicht vorwärts. Du möchtest dich entscheiden, kannst aber nicht. Du möchtest dein Ziel erreichen, doch irgendwie klappt das nicht.

Was ist dir wichtig im Leben, welche Ziele verfolgst du? Sind das deine Ziele, oder erlebst du den Alltag manchmal fragend, ob du das überhaupt willst, was du gerade machst?

Wir schauen in deine Vergangenheit und suchen nach prägenden Momenten damit du verstehst, mit welchen Antriebern und Glaubenssätzen du heute unterwegs bist.

Termin 2

Manchmal ertappst du dich, dass dich andere Menschen zu etwas bewegen, das du im Nachhinein gar nicht gewählt hättest. Vielleicht gibt es Situationen, die du bereits kennst. Immer wieder passiert dir dasselbe und du weißt nicht wieso?

Wir hören deinen internen negativen, dich blockierenden Gedanken zu und verwandeln diese in positive Sätze. Diese positiven Glaubenssätze sind dann für dich neue Begleiter auf deinem Weg. Bekannte unangenehme Situationen sollten dank den neuen Glaubenssätzen nicht mehr eintreten.

Termin 3

Kennst du deine wahren Wünsche und Bedürfnisse? Oder lebst du häufig nach den Wünschen anderer? Du möchtest manchmal ausdrücken, was du gerne hättest, aber es gelingt dir einfach nicht? Deine eigenen Bedürfnisse sind für dich nicht erreichbar.

Dank den zwei ersten Terminen ist der Weg nun frei, dich um deine wahren Wünsche und Ziele



im Leben zu kümmern. Selbstbestimmt und bedürfnisorientiert kannst du nun wahrnehmen, was du eigentlich ganz tief in deinem Herzen möchtest, wie dein Leben sein sollte und was du für konkrete eigene Ziele hast.

Termin 4

Die Umsetzung ist schwierig, der Alltag raubt dir Zeit und Lust, die erarbeiteten Ziele umzusetzen.

Wir erarbeiten zusammen eine für dich passende Umsetzungsstrategie mit Belohnungsmomenten und Überprüfungskriterien. So hast du die Garantie, dass deine in der Begleitung gewonnenen Erkenntnisse auch tatsächlich umgesetzt werden.

Geschenk: Wenn du im 2024 diese Begleitung startest, schenke ich dir ein Buch, das dein Schatten- und Sonnenkind in dir illustriert und ganz einfach erklärt, wie du glücklich sein kannst.

Kosten

Fr. 460.00 für 4 x 60 Minuten

Buchung

Buchungen direkt über info@visioncoach.ch oder www.visioncoach.ch – teile mir deine Wunschtermin mit.

Ort

Die Begleitungen finden in Kirchberg BE statt.

