

WORKSHOP

Trennungs-Trauma überwinden

+ Chancen erkennen + Lebensfreude und Sinnfindung

DIESER WORKSHOP

- bringt mehr Klarheit, Überblick und Ausblick
- fördert Neuausrichtung in Dankbarkeit & neutrale Wahrnehmung
- stärkt Eigenverantwortlichkeit = Selbst-Ermächtigung
- klärt u. löst Abhängigkeiten u. Opfer-Denken
- stärkt Selbst-Erkenntnis und persönliche Entwicklung
- fördert Mitgefühl und Herzlichkeit
- Loslassen und in Frieden sein
- Stärkt Ruhe Entscheidungsfreude
- mehr Zugang zu Intuition und Herz-Energie

INHALT:

Effektive Bewusstseins- & Energie-Übungen und Situations-Aufstellungen

Erlebe, wie man folgende Themen klären und neu ausrichten kann:

- Opfer-Denken klären
- Ent-Täuschung = das Ende der (Selbst)-Täuschung
- Vor-Würfe sind auch Agression = Angriffe
- Den Echo-Effekt nutzen lernen
- Die Wenn-Dann...- Falle erkennen
- Ehrlichkeit zu sich selbst = Aufrichtekraft
- Den Unterschied zw. Emotion und Gefühl
- Bewertungen und Standpunkte erkennen und wechseln
- Mitgefühl statt (Selbst)-Mitleid
- Wut in Tatkraft wandeln
- Traurigkeit wird Ermutigung
- Wunsch und Widerstand klären
- Schulduweisungen sind ein No-Go!**
- Ärger, Wut u. Traurigkeit
- den Altlasten-Rucksack ablegen
- Männer denken anders - Frauen auch - beides ist wichtig und wertvoll

Wie schaff ich es mich so zu nerven?

Wie schaff ich es mich so als Opfer zu fühlen bzw. zum Opfer zu machen?



Unbewusste Programmierung und Indoktrination
Verhaltens-Muster durchschauen
Erwartungs-Muster durchschauen
Persönliche Werte klären
Das frühkindliche Trennungs-Trauma
Agieren statt nur zu Re-agieren

Energieaufbau
Meridian-Übungen
Kloppunkte zur Lösung von Stress und Fixierung
Befreiter Atem, Atemfluss,
Erdung
u.v.m.

Es gibt viele sehr effektive Wege, gerade in der Bewusstseins-Arbeit.
Wer dauerhafte und v.a. auch gesund, echt stärkende Wege sucht, sagt sehr bald
selber: **Pillen - Nein, Danke**

Ingrid Wilke
ingridwilke.ch
post@ingridwilke.ch

Ort
Oberdiessbach bei Thun BE

Preis
180,- CHF p.P.

Verpflegung
Wasser, Tee & Früchte inclusive
Gesundes Mittagessen oder Snacks bitte selbst mitbringen

ANMELDUNG



- Trennungs-Trauma überwinden
Datum: _____ | 180,- CHF
- Angst-Störungen lösen
Datum: _____ | 180,- CHF
- Selbstvertrauen stärken
Datum: _____ | 360,- CHF

Name	
Anschrift	
Telefon	
Email	

Hiermit melde ich mich verbindlich und kostenpflichtig zum oben markierten Termin an.

Datum

Unterschrift