

PRODUKTIVE PAUSE

Workshop für Klarheit - Vision - Kraft mit Alexandra Angermann
Samstag & Sonntag, 8. & 9. Februar 2020



Festgefahren?

Bist du in deinem Alltag voll eingebunden in die tägliche Routine, die oft anspruchsvoll und hektisch genug ist? Verlierst du dabei manchmal aus den Augen, dass deine Zeit und Energie nicht endlos sind bis sich dein Körper meldet?

Stehst du an? Hast vieles probiert, nichts hat wirklich funktioniert, und nun beginnst du dich mit dem Status quo abzufinden? „Es gibt meinen Traumjob oder Traumpartner eben nicht“... „Für das hat es halt keine Zeit in meinem Leben“... „Man kann nicht alles haben“... „Dafür bin ich zu alt“...

Es ist Zeit für eine produktive Pause!



Klarheit

Wenn es ein Wundermittel gegen Feststecken gibt, dann ist es Klarheit. Sobald du klar bist und weisst, was du willst, wird deine Energie fokussiert und du hast Kraft für deine Projekte.

Wie das funktioniert? Du lässt Stress & Druck draussen! Du schickst deinen Kopf in die Pause und hörst tief nach innen. Da ist die Stimme deines Herzens, die vielleicht untergegangen ist im ununterbrochenen Rattern der vernünftigen Gedanken. Und da ist die Stimme deiner Seele, die genau weiss, wer du bist und wozu du hier bist.



Du gönnst dir diese Pause und hörst auf die Stimmen. Was wirst du hören?

Methoden



Wir werden uns neugierig und genussvoll an die Arbeit machen. Die sorgfältige Standortbestimmung ebnet den Weg zur Klärung von Blockaden und zum Aufdecken von Werten, Wünschen, Wichtigkeiten. Du lädst deine Intuition ein und arbeitest kreativ. Du visualisierst mit einem Vision Board (Bild-Text-Collage) deine Träume. So entsteht eine Zukunftsvision, die sichtbar und fühlbar ist. Du setzt Ziele und definierst erste konkrete Handlungsschritte, damit die Umsetzung in deinem Alltag aufgegleist ist.

Pausenplatz

Der Workshop findet in einem Häuschen inmitten grüner Wiesen und Wälder statt. Perfekt für eine produktive Pause! Die Kraft der Natur wird uns zusätzlich inspirieren und stärken. Weil der Raum begrenzt ist, und die Arbeit intensiv von mir - stellenweise auch individuell - begleitet wird, ist der Workshop auf 4 TeilnehmerInnen beschränkt. Es stehen einfache Übernachtungsmöglichkeiten für Unkomplizierte kostenfrei zur Verfügung. Für Pausenverpflegung ist gesorgt.



Workshop-Leitung



Ich verbinde in meiner Arbeit psychologisches Know-how mit spirituellem Wissen. Das eine habe ich in meinem Betriebswirtschaftsstudium mit Schwerpunkt Wirtschaftspsychologie & Leadership gelernt, das andere in Workshops der Psychology of Vision® von Chuck & Lency Spezzano und im erfahrungsreichen Leben mit Familie und Job. Ich bin ausgebildet in Erwachsenenbildung & Coaching. In Übereinstimmung von Kopf, Herz & Seele liegt für mich der Schlüssel zu Glücklichkeit & Erfolg.

Organisatorisches

Samstag, 8. Februar 2020 von 10-19 Uhr & Sonntag, 9. Februar 2020 von 9-16 Uhr

Kosten: CHF 440.- inkl. Kost & Logis & Material

Ort: In meinem Paradies, 10 Minuten von Solothurn/CH - Nur 4 TeilnehmerInnen-Plätze!

Wenn du mehr wissen willst, kontaktiere mich! Ich freue mich auf eine produktive Pause mit dir!