



Selbstmotivation

Anhand eines Tagesablaufs zeige ich ihnen auf, wie Sie sich besser und erfolgreicher im täglichen Leben motivieren können und sich so freier und unbeschwerter fühlen.

Folgende Veränderungen sind möglich

- Sie starten besser und vor allem anders in Ihren TAG
- Sie gestalten Ihren Tag optimal
- Sie entwickeln mehr Lebensfreude
- Sie entdecken sich und Ihre Möglichkeiten
- Sie wissen alles hat mit mir selber zu tun
- Sie können mit schwierigen Situation umgehen
- Sie kennen weniger Tabus
- Sie schätzen Ihr geändertes Umfeld
- Sie sind am Abend immer noch Fit

Wie erarbeiten wir unsere Selbstmotivation?

Ich will mit Ihnen möglichst wenig Theorie „machen“. Der Kurs ist aus der Praxis für die Praxis. Sie erarbeiten Ihre Kursunterlagen selber. Damit können Sie sich diese mit persönlichen Eindrücken besser einprägen und sind sich bewusst geworden sind, was In Ihrem persönlichen Fall zu TUN ist. Daher können Sie gleich am nächsten Tag mit der Umsetzung beginnen.

Gemeinsam erarbeiten wir einen für Sie optimalen Tag. Sie erhalten immer wieder Empfehlungen aus und für die Praxis. Es soll ja für Sie funktionieren und nicht Theorie bleiben, die für Sie gar nicht umsetzbar ist.

In Gruppen werden Schritte immer wieder geübt und Ihnen so auf leichte Art verständlich gemacht.

Dauer

Ein TAG von 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr mit Pausen

Teilnehmer

Alle die Ihr Leben motivierter leben möchten

Kosten

CHF 150.— pro Teilnehmer ohne Verpflegung
In Ihrem Betrieb auf Anfrage WIR Anteil möglich

Durchführungsort

8965 Berikon, Chörenmattstrasse 2, Kurslokal Aufgehende Sonne
oder in Ihrem Betrieb

Daten

Für einzelne Teilnehmer, Gruppen oder Betriebe nach Absprache