

Gruppenangebot: *Gelingendes Leben*

Wachstumsschritte

Du möchtest an deinen Themen weiterkommen, hinwachsen zu mehr Stabilität, Freude und Klarheit im Alltag? Du willst Unterstützung, Ermutigung und Coaching dabei?

Du möchtest eine Gruppe Gleichgesinnter und es kostengünstiger als Einzelberatung?

Dann ist dieses Gruppenangebot genau richtig für dich! 😊

In geschütztem Rahmen 5 Termine

Jede hat ein inneres Thema, an der sie dran sein/ wachsen möchte.

Wir haben eine feste Struktur, wo Jede Teilnehmerin sagen kann, wie es ihr gerade geht und welches Thema oben auf liegt.

Dann gebe ich einen kurzen Impuls zu einem Thema, das für jede in der Gruppe relevant ist.

Anschließend werden wir praktisch: Jede kann die Übung anhand ihres persönlichen Themas bearbeiten reflektieren.

Bei Bedarf kann eine Person mit mir tiefer gehen, diese tiefere „Demo“ ist auch hilfreich für jeden Teilnehmer.

Da wir 5 Termine haben, kann jede an einem Termin „drankommen“.

Themenmöglichkeiten:

- 1) Resilienz – innere Stärke für den Alltag finden und üben
- 2) Vertiefung GFK
- 3) Persönliche Strategien finden und üben
- 4) Innere Kind Arbeit vertiefen, üben
- 5) Praktische Übungen und eigene Fallbeispiele

Wann: Mittwochs 4.9./11.9./25.9. und 16.10./ 30.10. Abschluss Ausweichtermin 6.11. jeweils **17.30 – 20.00 Uhr** – oder in Absprache 18.00 -20.30 Uhr

Wo: in **Hainichen**, genauen Raum gebe ich bekannt

Kosten: 249,00 € für 5 Termine á 2,5 Std./ 50,00 € pro Termin (gesamt oder in Raten zahlbar)

Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 5 TN.

Fragen + Anmeldung: beratung.schnake@online.de oder 037207 -589 210

Bitte verbindlich anmelden. Einen Vertrag sende ich dir zu.

Ich würde mich sehr freuen, wenn ich du dabei bist! 😊

Herzlich

Anja Schnake

