

Selbstbestimmt statt Fremdgesteuert

Eine zertifizierte Ausbildungsreihe

Hier geht es um Sie!

Hohe Aufmerksamkeit und eine gesteigerte Wahrnehmung sind die Grundbausteine zur gesunden und zufriedenen Lebensführung.

Sie gewinnen Ruhe und Sicherheit im Alltag sowie Flexibilität mit unvorhergesehenen Ereignissen.

Als "Experte der Selbstführung" werden Sie Ihr eigener Coach und können so in Ihrem privaten wie auch beruflichen Umfeld kompetent unterstützen.

Die Themen:

Achtsamkeit 03.-04.02.2012

- Gesundes Denken
- Wahrnehmung, Aufmerksamkeit

Gesprächsführung 02.-03.03.2012

- Fragetechnik, Gesprächsführung
- Kommunikation ohne Angriffe

Innen- & Außenwelt 13.-14.04.2012

- Die Welt als Spiegel
- Innere Führung

Hürden überwinden 04.-05.05.2012

- Scham und Hemmungen
- Entscheidungsfindung

Entspannen & Loslassen 01.-02.06.2012

- Entspannungsübungen
- Abschied von Altlasten

Selbstmanagement 06.-07.07.2012

- Selbstorganisation und Reflexion
- Stress und seine Einflüsse

Weitere Termine ab Juli fortlaufend am jeden ersten Wochenende des Monats

Teilnahme:

Die 6 Ausbildungsblöcke sind jeweils in sich abgeschlossen. Somit ist eine fortlaufende Teilnahme an den Terminen nicht erforderlich.

Kosten:

Einzelbuchung 190,00 €. Verbindlichen Buchung der Ausbildungsreihe 960,00 €.

Termine und Veranstaltungsort:

Freitags von 14.00-19.00 sowie samstags von 10.00 bis 18.00 Uhr.
Johannisberger Akademie, Johannisberg 1, 53578 Windhagen (A3- Bad Honnef).

Informationsveranstaltung:

An den monatlichen Infoabenden um 19.00-21:00 Uhr können Sie sich kostenfrei Informieren.

Buchen Sie unter office@mavari.de oder telefonisch 02645 974 751.