



# Ich will zurück zu mir

## Ganzheitliches Live-Online-Coaching zur persönlichen Wende

Sie fühlen sich nicht vollständig? Eher zerrupft? Irgendwas ist anders in den letzten Monaten?

Alles verändert sich: unsere Beziehungen, unser Umfeld, unsere Sichtweisen. Sie selbst verändern sich auch. Es gibt unsichtbare Narben aus dem letzten Jahr, neue Distanzen, weniger Nähe. Und oft wissen wir nicht, wohin wir uns bewegen werden. Gibt es einen neuen Job? Neue Partner\*innen? Neue Ideen? War der Wind der Veränderung nur ein Hauch, wird daraus ein Schweif, wird es stürmisch oder gar ein Tsunami?

**Dieses Live-Online-Coaching soll Ihnen helfen, Ihren Kompass neu auszurichten, sich neu zu verankern. In drei Modulen werden die folgenden Themen behandelt:**

### Modul 1: Ich schaue hin - Persönliche Inventur

- Rückblick: Wie war es – und wie ist es jetzt?
- Wo stehe ich, wo befinde ich mich? Was will ich loslassen, verändern, wandeln?
- Die Matrix meines Lebens: Sind alle Bereiche ausgewogen? Wie steht es um meine innere Balance?

### Modul 2: Ich wandle mich – Wandlung und Veränderung

- Welches Glaubenssätze prägen mich, halten mich fest?
- Welche Blockaden halten mich davon ab, die Taue zu lösen und mich auf einen neuen Weg zu begeben?
- Der Elefant guckt mir über die Schulter: Was hat er im Gepäck?

### Modul 3: Ich finde mich – Aufbau und Aufbruch

- Die neue Mitte: Ängste wegträumen und verdrängte Sehnsüchte hochholen
- Was liegt noch im Kielwasser?
- Der Kompass ist justiert: Los geht's!

### Das Online-Seminar

Live-Online-Seminar via ZOOM  
23.09.2021 – 17.00 – 20.00 Uhr  
07.10.2021 – 17.00 – 20.00 Uhr  
21.10.2021 – 17.00 – 20.00 Uhr

**Kosten: € 300,-**

### Jetzt anmelden

Weitere Informationen zu diesem Seminar und zur Anmeldung erhalten Sie per E-Mail an:  
[info@ines-koenen.de](mailto:info@ines-koenen.de)

Weitere Seminarthemen finden Sie unter  
[www.ines-koenen.de](http://www.ines-koenen.de)