MEHR ALS ACHTSAMKEIT

ÜBER ICH SPEZIAL 2023

ONLINE-KURS "BEFREIUNG VOM INNEREN RICHTER" KURS FÜR INNEREN FRIEDEN UND FREIHEIT VON URTEILEN UND BEWERTUNGEN

Den Herausforderungen des Lebens unaufgeregt begegnen können, auch einfach das Leben genießen können, etwas Neues ausprobieren können, die eigenen PS auf die Straße kriegen, inneren Frieden erleben, einfach Mensch sein dürfen - daran hindert uns unser Über-Ich, das auch innerer Richter oder innerer Kritiker genannt wird.

Durch eine gezielte Arbeit mit dieser inneren Stimme können wir innere Ruhe erreichen, das ständige schlechte Gewissen ablegen, die dauernden Zweifel oder Vergleiche loslassen und das ständige Grübeln oder unkontrollierbare Reaktionen. Wir können auch beruflich endlich unser Potenzial einbringen.

FÜR PRIVATPERSONEN UND MENSCHEN IN ORGANISATIONEN

HERR WERDEN ÜBER DEN INNEREN RICHTER

Ohne, dass wir es merken oder bewusst entschieden haben, entsteht unsere Prägung. Unser wahres Selbst wird dadurch eingeschränkt und wir merken, dass wir nicht so sind, wie wir eigentlich sein möchten.

Durch die Arbeit mit dem inneren Richter können wir uns von unserer größten inneren Limitierung befreien. Der innere Richter ist eine Art innere Schutzinstanz, die aus frühen Situationen und kindlichen Missverständnissen heraus einen Pseudo-Schutz für uns aufbaut, der uns im Erwachsenen-Alter meist mehr schadet als nutzt. Der innere Richter bewertet uns und andere ständig nach den alten Mustern und erzeugt Unzufriedenheit, Unsicherheit und Zwänge.

Wenn wir erkennen, wie er entstanden ist, und erkennen, was er genau macht in uns, erlangen wir mit dieser Bewusstheit und gezielten Schritten dazu die Führung über unsere inneren Zustände. Vieles zwischenmenschlich Schwierige wird auflösbar. Wir erlangen ein gesundes Selbstbewusstsein, eine innere Unabhängigkeit und Freiheit, so dass wir uns wohl in unserer Haut fühlen.

WER SEINE FÜHRUNG VOM INNEREN RICHTER ZU SICH ZURÜCKNIMMT, ERLANGT DAS "ZWEITE ERWACHSEN-WERDEN" UND UNBEZAHLBAREN INNEREN FRIEDEN.

BEFREIUNGSSCHRITTE:

- Erkennen, wo die inneren Bewertungen, Zweifel, Vergleiche, Selbst-Anklagen und Selbst-Abwertungen herkommen
- Selbst-Schutz
- Enttarnung der konstruierten Logik des inneren Richters
- Definition des Lernbedarfs des inneren Richters
- Innerer Machtwechsel
- Selbststeuerung

INFO-VERANSTALTUNG ONLINE
20.09.23, 18-19 H

3 X SAMSTAGS

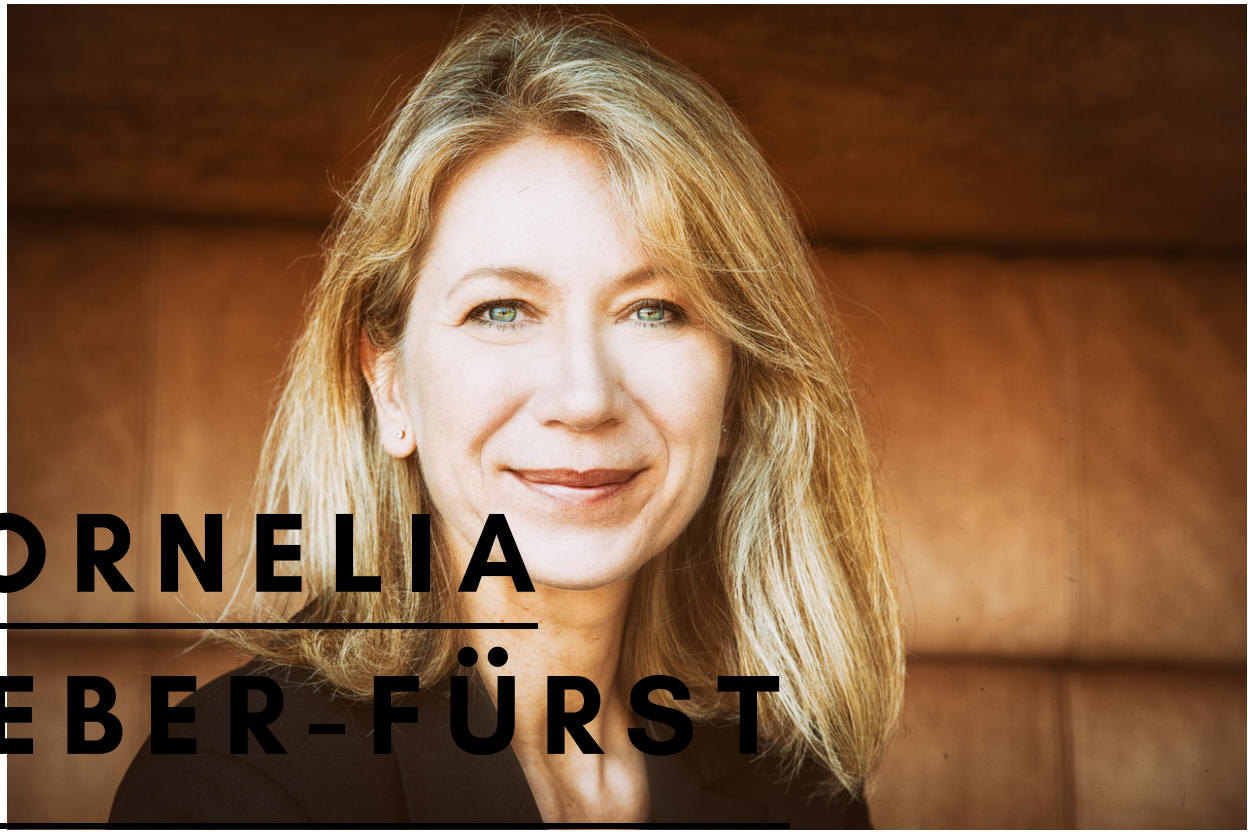
9:00 - 19:00 H

COACHING HOUSE
MAXIMILIANSTR.43, 80538 MÜNCHEN

TERMINE:
21.10.23
18.11.23
02.12.23

INFORMATION UND ANMELDUNG

- Kostenfreies telefonisches, virtuelles oder persönliches Vorgespräch
- Preis: 1.190,- € zzgl. 19% MWST,
  Privatzahler bitte **Sonderpreis** anfragen
- Maximal 10 Plätze, Anmeldeschluss: 07.10.23
- Bei Interesse oder gleich zur Anmeldung genügt eine einfache Nachricht an info@weber-fuerst.com oder
  Tel. 0170-8606069
- www.weber-fuerst.com



CORNELIA WEBER-FÜRST

- Master Certified Coach, MCC
- Coach und Trainerin für Führung und Persönlichkeit
- Coach-Ausbilderin und Coach-Assessorin
- Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie
- Haupt-Autorin des Buchs „Potenzialorientiertes Coaching“ und Co-Autorin des Buchs „A World Book of Values“
- Autorin vieler Artikel zum inneren Richter und zu Persönlichkeitsthemen

DAS SAGEN BISHERIGE TEILNEHMER:INNEN

Ich habe mich zu jedem Zeitpunkt wohl gefühlt und mich auf die nächste Sitzung gefreut. Durch die Online-Arbeit und den Aufbau hatte jede Sitzung für sich eine gute Stringenz. Die Inputs waren immer gut verdauliche Portionen. Die bildliche Darstellung fand ich sensationell. Die wöchentlichen Termine fand ich gut. So hatte ich genügend Zeit zum Reflektieren und bin trotzdem gut "drin" geblieben. Ich habe die im Titel angekündigte Befreiung tatsächlich als solche erlebt und habe den Kurs voller Klarheit, Leichtigkeit und positiver Energie beendet.

Das Programm hat mir Schritt für Schritt geholfen, mehr Bewusstsein für den inneren Richter zu gewinnen und gleichzeitig mehr Freiheit, sich aus seinen Fängen zu befreien. Der Aufbau des Programs war dabei sehr logisch und in sich stimmig, genau jeder Schritt konnte als Fortschritt nachvollzogen werden oder manchmal sogar schon durch Reflektionen etwas vorbereitet werden. Allerdings war dabei auch Cornelia's Erfahrung und gutes Gefühl für uns Teilnehmer der Schlüssel, um die Erkenntnisse für sich selbst gewinnbringend einzusetzen.
Es war eine sehr bereichernde Erfahrung und ich empfehle den Kurs bereits jetzt weiter.