

# Wandelbar im Wandel



## Inhalt

Wir leben in unbeständigen Zeiten, Vieles befindet sich in Veränderung. Einiges bricht weg, Werte werden anders gesehen, neue Sicherheiten bestehen (noch) nicht. Das Bekannte verwandelt sich – oft ohne unser Zutun und manchmal sogar gegen unseren Willen. Das Unbekannte kann Angst machen oder uns verunsichern. Wandel begegnet uns überall.

Wie gelingt mir die Balance zwischen dem Alten und dem Neuen? Wie kann ich die Übergangszeit bewusst und zuversichtlich angehen? Den Schritt in die gefühlte Leere tun? Vertrauen haben in scheinbar Unbeständiges? In meiner Mitte bleiben und mich optimistisch auf die Veränderungen einlassen?

Jede unbekannte Situation schenkt mir eine neue Begegnung mit mir selbst. Ich erkenne (überholte) Glaubenssätze und kann sie transformieren. Neue Erfahrungen als Stärkung meines Selbst, als Persönlichkeitsentwicklung erkennen. Verwandlung erfahren.

- Glaubenssätze erkennen, Fakten-Check, Transformation
- Visionen entwickeln und Träume wahrnehmen (Vision-Board, etc.)
- Vertrauen ins Zukunftsbild

Das einzig Konstante im Universum ist die Veränderung, der Wandel!

Heraklit

Mehrwert:

mind. 3 – 7 Personen, Dauer ca. 3 Std., Präsenz-/Onlineunterricht Fr. 169.—