

Treffpunkt Frauenfrühstück – Wenn nicht jetzt – wann dann?!

Wann machen wir unsere Wünsche wahr, fixieren wichtige Termine/Zeit für uns selbst oder entscheiden uns endlich?

Nach dem feinen, geselligen Frauenfrühstück unterhält uns Maya Onken mit schwungvollen, inspirierenden Anekdoten und Anleitungen.

Im Austausch zu zweit erstellen wir unsere persönliche Wunschliste:

Gleich werden dabei unsere ewigen «inneren Saboteure» aktiv. Kann ich das? Ist das korrekt? Die zweite Stimme hält dagegen; du gehst jetzt, du kannst das, das ist dein Ding. Ja es wird ein Druck entstehen gut oder im schlechten? Unsere inneren Stimmen und lähmen so die Entscheidungsfreude.

WENN NICHT JETZT, WANN DANN - manchmal brauchts ein wenig Zeit, Zeit zum Gären!

Die 40 interessierteN Frauen hören über Teams Ja- und Nein-Sager, die unsere Kritikpunkte überprüfen. Dabei lernen, die dominanten «Stimmen» - z.B. die ewigen «Nörgeler» wahrzunehmen, diese als sinnvoll oder eben auch überflüssig zu realisieren. Sich Zeit geben, nehmen im Selbstwahrnehmungsprozess. Wir können uns auch mit kleinen Schritten unseren Wünschen nähern: z.B.

Ich träume in einem Haus am See zu leben. In kleinen Schritten gehen. Ich Erlebe 3 Wochen Ferien in einem traumhaften Haus am See. Visualisieren, Plan erstellen, in den Alltag einflechten –

Wenn nicht jetzt, wann dann

EINFACH STARTEN!

Andrea Eberle, Judith Iten