

Thera-Coaching

Aus der Stressforschung wissen wir, dass unser Gehirn am liebsten und einfachsten die negativen Seiten eines Geschehens speichert. Nicht erstaunlich, dass sich vieles genau so wiederholt oder wir in Gedanken die Misserfolge noch grösser machen. - Wie schade: So schränken wir unsere Perspektiven ein, auch unser ganzes Potenzial. Umgekehrt gilt: Je positiver wir eingestellt sind, je mehr wir die Zusammenhänge in unserem Leben verstehen, desto breiter können wir reflektieren und fühlen, desto mehr erkennen wir - auch bei Herausforderungen - die unendliche Kraft in uns

„Coaching in der Therapie“ – Thera-Coaching (THC) möchte begleiten, sanft und doch klar, und Spiegel sein für das wahre Wesen, das Du bist. Gerade auch in Krisenzeiten.



Monika Lanz

mlanz_neuezeiten@panoptimum.ch

076 341 99 78

"Werde, was Du bist"

Freuen Sie sich auf wertschätzende Gespräche, auf spannende Instrumente, auf tiefe und berührende Erfahrungen in Ihnen auf dem Weg zu sich SELBST.

Es geht ganz leicht.

- Ausgleich: 60 Minuten: CHF 120.-- ; 90 Minuten: CHF 160.--

Übrigens: Viel gefragt auch die individuell auf Sie zugeschnittenen

Coaching-Mappen: In 5-Wochen-Schritten inkl. extra für Sie aufgenommenen Meditationen können Sie sich selbst coachen, zu Hause oder wo immer es Ihnen danach ist. 2 Skype- oder Telefonbesprechungen sind ebenfalls eingeschlossen.

- Ausgleich CHF 590.--

Neugierig? Nehmen Sie mit mir Kontakt auf und ich freue mich jetzt schon auf Ihre Antworten: persönlich, individuell, aufbauend *Monika Lara'Ana*