CAREFULLY-MIND
BERATUNG UND COACHING

4 x 90 Minuten Stresskompetenz erlernen

„Lerne Dich und Dein Handeln zu verstehen!

In der Gruppe zu Deiner mentalen Stäke!

Jeder Mensch hat ein anderes Stress-empfinden. In diesem Kurs lernst Du, welcher Stresstyp Du bist und warum Du in bestimmten Situationen unüberlegt und überraschend reagierst.

Lerne Hilfestellungen in den 3 unterschiedlichen Stresskompetenzen, individuelle Hilfssätze, Deine Ressourcen und vieles mehr.

Wenn Du magst, werde Coach Der Mitteilnehmenden und erzähle aus Deinem Erfahrungsschatz.

Dies macht eine Gruppe aus und jeder lernt von Jedem.

In einer Gruppe wirst du gehört, verstanden, unterstützt und motiviert.

Ich freue mich sehr auf diesen Kurs und auf Dich!!!

Frage gerne an, wenn Du an einer Teilnahme interessiert bist!

Preis: 119 € / Person

(Anmeldung erforderlich!)

Carina Piertz
Tel.: 0163 9764631
Mail: info@carefully-mind.de
www.carefully-mind.de