



EINLADUNG ZUM TRAINING

HALLO LEICHTIGKEIT!

Mehr Gelassenheit im Schul- und Kitaalltag

TERMIN

17. SEPTEMBER 2022

09.30-17.00 UHR

MAX: 16 TEILNEHMENDE

Ort: Gemeinsam Leben und Erleben gGmbH, Rudolf-Diesel-Straße 11, 40670 Meerbusch

TRAINING

Schulen und Kitas sind Orte der Kommunikation. Viele Stimmen treffen aufeinander, um sich gegenseitig zu verständigen, sich mitzuteilen und zu lernen. Sprache ermöglicht Beziehung - zueinander und zu sich selbst.

Wie sprechen Sie eigentlich mit sich selbst? Wie sprechen Sie mit anderen? Was hat das eine mit dem anderen zu tun?

Mit sich selbst im guten Kontakt zu sein ist eine Fähigkeit, die uns bei schwierigen und stressigen Situationen hilft und zu mehr Gelassenheit und Leichtigkeit führt. In dem Training nutzen wir Modelle aus dem Bereich Kommunikation und Persönlichkeit, um mit Ihnen über Ihre innere Kommunikation zu sprechen. Übungen, Austausche in der Gruppe, Reflexionsphasen und Praxistipps ergänzen das Programm.



Annika Manz ist ausgebildeter NLP-Master Coach und Trainerin für Teamentwicklung, Kommunikation und Führung.



Peter Janke ist ausgebildeter NLP-Master Coach, Resilienztrainer und Gleitschirmfluglehrer.