

Einführungskurs Selbstcoaching mit Logosynthese©

„WORTE WIRKEN WUNDER“

Inhalte und Ziele

- Dieser Workshop dient dem Kennenlernen der Logosynthese als Modell für Selbstcoaching. Am Ende des Kurses wissen die Teilnehmenden, was Logosynthese ist, haben erlebt, wie sie wirkt, sind in der Lage Logosynthese für eigene Themen anzuwenden und verstehen, wie sich dieses Wissen weiter vergrössern lässt.

Jeder Mensch hat Lebensthemen:

- Lebensziele erkennen und erreichen
- Beziehungen lebendig und positiv gestalten
- Zeit und Energie für Lebensfreude finden
- Leistung, Effizienz und Zufriedenheit im Beruf optimieren.

In der Auseinandersetzung mit diesen Themen entstehen Alltagsprobleme, v.a. durch die Gedanken und Gefühle, die damit verbunden sind. Immer wenn uns etwas berührt, sind automatisch Reaktionen da – Angst, Wut, Schmerz, Scham, Ohnmacht, Freude – noch bevor wir eine Antwort formuliert haben.

Insbesondere negative Erlebnisse (u.a. auch durch entwertende oder Furcht erzeugende Botschaften) und Traumata aller Art führen zu hinderlichen Überzeugungen (Glaubenssätzen) sowie zu sozial oft unangemessenen, unproduktiven oder sogar selbstsabotierenden Verhaltensweisen.

Die Herausforderung liegt in der Überwindung dieser Einschränkungen, damit kraftvolleres Denken und Handeln im Leben möglich wird. Doch wie lässt sich so ein Wandel realisieren?

Die Macht des Wortes / der Sprache...

...ist seit Urzeiten eine Kraft, die - wenn sie gezielt eingesetzt wird - grosse Wirkung entfalten kann. Logosynthese ist ein neuzeitlicher Ansatz diese Kraft effektiv und galant zu nutzen, gerade auch in der *Selbstanwendung*.

Seit Frühjahr 2006 durfte ich in der Arbeit mit Menschen schon hunderte beeindruckende und sehr ermutigende Erfahrungen machen durch die Anwendung von Logosynthese.

(vgl. dazu u.a.: <http://www.haas-coaching.ch/logosynthese-erfahrungsberichte.htm>)

Diese Erfahrungen gebe ich gerne an interessierte Laien und Fachpersonen in den Grundzügen weiter. Es ist mir ein Anliegen den immensen Nutzen der Logosynthese möglichst vielen Menschen in der Selbsterfahrung zugänglich machen zu können. Logosynthese eröffnet unkompliziert und direkt Erfahrungen:

- zu dem was das lebendige Wesen eines Menschen ausmacht,
- zum Abbau persönlicher Hemmnisse,
- zur wirkungsvolleren Nutzung der eigenen (kreativen) Ressourcen
- zur Erweiterung des eigenen Bewusstseins
- zur freudvolleren Gestaltung des Lebens

Datum/Zeit/Kosten: Samstag, **29. Februar 2020** (10.30 – 18.00) || Samstag, **16. Mai 2020** // **Fr. 250.00** (ohne Mittagessen) <Reduktionen sind bei tiefen und kleineren Einkommen nach Absprache möglich.>

Ort: Kampfkunstschule **SKEMA St. Gallen-Ost**, Martinsbruggstrasse 4, 9016 St. Gallen (Buswendeplatz beim Neudorf); Parkplätze sind beim Hallenbad Blumenwies ausreichend vorhanden.



Kursleitung:

Peter Haas-Ackermann
Systemische Beratung, Coaching & Supervision
Oberer Graben 46 – CH – 9000 St. Gallen

Tel. 071 277 37 30

www.haas-coaching.ch // info@haas-coaching.ch