

Herzlich Willkommen

Hier bekommst du eine kleine Übersicht von Punkten, die wichtig für dein Coaching-Programm und deinen Erfolg sind.

1. Kaufe dir bitte ein Notizbuch oder lege für dich deinen Selbstfindungsordner an, in denen du die Übungen machen kannst.
Mir ist es ein Anliegen, dass du die Übungen schriftlich machst, da es von Vorteil für dein Unterbewusstsein und dich ist.
2. In den Coaching-Einheiten (1 1/2 – max. 2 Stunden Dauer) werden wir intensiv an deinen Blockaden und negativen Glaubenssätzen arbeiten.
Dies kann je nach Thema anstrengend und aufwühlend sein, doch zeitgleich auch befreiend.
Daher ist es enorm **wichtig**, dass du nach den Coaching-Einheiten nicht sofort zu deinem Alltag übergehst. Sorge dafür, dass du hier ½ Stunde bis 1 Stunde danach deine Ruhe hast.
3. Du bekommst zu deinen Coaching-Einheiten **Lernvideos**, die dich zusätzlich auf dem Weg zur Selbstfindung unterstützen werden.
Bedenke bitte, dass Selbstfindung ein Weg ist. Daher wird nicht jedes Tool unmittelbar umsetzbar sein und benötigt seine Zeit, bis es sich so in deinem Unterbewusstsein festgesetzt hat und es zu einer Gewohnheit geworden ist.
Wichtig ist, dass du dranbleibst, dann wird es sich für dich lohnen.
Doch setze dich nicht unter Druck.
4. Alle 2 Wochen findest du oben im Kursmaterial Hypnosens zum Download. Bei einigen Videos habe ich dir Audios besprochen, die dich in den Übungen unterstützen sollen.

Solltest du Fragen zu den Lernvideos haben oder du hast etwas nicht verstanden, scheue dich nicht, diese aufzuschreiben und zur nächsten Coaching-Einheit mitzubringen.

Mir ist eine vertrauensvolle und ehrliche Zusammenarbeit enorm wichtig.

5. Solltest du einmal deinen Termin nicht wahrnehmen können, so sage diesen bitte 24 h vorher ab, damit ich diesen neu strukturieren kann.

6. Notiere dir 1 Tag nach dem Coaching folgende Fragen:

- ***Welche wertvollen Erkenntnisse habe ich im Coaching gewinnen können?***
- ***Welches „Aha“- Erlebnis hatte ich?***

Ich freue mich darauf, in den nächsten Wochen mit dir zu arbeiten und dich in deine Transformation zu bringen.