

*Dr. Petra Hoffmann
Coaching und
Personalentwicklung*

In 2024 biete ich das 2-Tages-Seminar 1 x an:

Di., **17.09.2024** von 10.00 – 17.30 Uhr und

Mi., **18.09.2024** von 9.00 – 16.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Seminarzentrum Hotel Sonnenstrahl

Sebastian-Kneipp-Straße 1

88353 Kißlegg i. Allgäu

Tel. 07563-189 0

www.seminarzentrum-sonnenstrahl.de

Die Seminarteilnehmer/innen buchen ihre Unterbringung im Hotel selbst.

Seminarkosten:

Privatzahlende: 360.- Euro incl. MwSt.

Firmenkunden: 490.- Euro zzgl. MwSt.

(ohne Unterkunft und Verpflegung)

Ratenzahlung nach persönlicher Absprache möglich.

4 Wochen vor Seminarbeginn erhalten Sie eine Rechnung.

Ihre Anmeldung richten Sie bitte an:

***Dr. Petra Hoffmann
Coaching und
Personalentwicklung***

Auf der Lache 20

71729 Erdmannhausen

Mobil: 0172 - 7857624

Email: petra.hoffmann@gmx.de

www.dr-petra-hoffmann.de



Auf dem Weg zu mir selbst...



Sich 'mit-teilen' und einander verstehen

**Seminar
zur Persönlichkeitsentwicklung**

Zielsetzung:

➔ *Aus der Haltung innerer Würde treten wir in eine wertschätzende und klare Kommunikation und sind uns der ‚Ver-ANTWORT-ung‘, die wir tragen, bewusst.*

Im Kostüm menschlichen Daseins machen wir mitunter die Erfahrung, in alten Rollen-Spielen hängen zu bleiben und aneinander vorbei zu reden oder gar auf das Bühnenbild eines emotionalen Dramas zu rutschen.

Dann ist es wichtig, sich wieder auf den inneren Flügeln in ein erweitertes Betrachten zu schwingen, um kritisch und zugleich liebevoll zu erkennen, welche Muster gerade ablaufen, um neue und konstruktive Wege des Miteinanders zu finden.

Wenn wir den Mut haben, uns ehrlich in die Augen zu schauen und uns in der Zartheit zu zeigen, die hinter den Schutzschilden liegt, betreten wir neue, lichtvolle Kanäle der Kommunikation, in der eine authentische Begegnung von Angesicht zu Angesicht möglich ist.

Wenn wir uns öffnen für einen Dialog des wahrhaftigen ‚Mit-Teilens‘, werden wir einander besser verstehen.

➔ Achtsamkeits- und Entspannungsübungen, bewusstes Atmen, Meditation und Verweilen in der Stille erleichtern den Zugang zur inneren Kraft-Quelle.

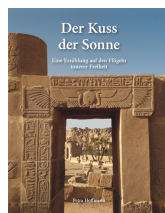
Empfohlenes Begleit-Buch:

Petra Hoffmann:

Der Kuss der Sonne

Eine Erzählung auf den Flügeln innerer Freiheit

ISBN: 978-3-96004-101-6 19.95 €



Aus dem Inhalt:

- **Im Irrgarten von Missverständnissen den Weg finden**
 - Dissonanzen und Missklänge in der Kommunikation erkennen
 - Trug- und Machtspiele sowie subtile Manipulationsstrategien durch Sprache durchschauen und sich davor schützen

- **Worte, die berühren**
 - Über äußere Grenzen hinweg Brücken bauen von Herz zu Herz
 - ‚Ich sehe dich‘... hinter allen äußeren Unzulänglichkeiten, ‚Maskierungen‘ und Rollen den heilen Kern wahrnehmen
 - Auf die Intuition hören und das eigene Herz sprechen lassen

- **Kommunikation in liebevoller Klarheit**
 - Der Mut zur Wahrheit aus der inneren Mitte
 - Hinter die ‚Schattenspiele‘ sehen und das Licht erkennen
 - Bereitschaft zur Versöhnung
 - Einander annehmen und sich die Hand reichen

- **Die Energie hinter den Worten**
 - Wenn Worte zur inneren Musik werden
 - Im Ein-Klang mit sich und der Welt
 - Einander zulächeln aus der Kraft des Schweigens

Auf dem inneren Weg wachsen wir hinein in die Erkenntnis:



Alles kommuniziert mit allem.