



Coaching-Club

Themen und Termine 2019

10. Januar ´19 **"Vom Mauerblümchen zur Rampensau!"**

Glück ist, deine eigenen Potentiale zu kennen und zu entfalten! Zu leben, was an Fähigkeiten in dir steckt und deine Früchte in die Welt hinaus zu tragen. Ob Charlie Chaplin oder Nelson Mandela, sie alle raten: Zeige dein Licht! Das Leben ist zu kostbar und zu kurz, um ein unscheinbares Mauerblümchen zu bleiben. Zeig dich! Trau dich! Und genieße es, im Rampenlicht deines eigenen Biotops zu stehen ☺

15. Februar ´19 **"Bestellungen ans Universum"**

Diesmal geht es um die präzise Zielformulierung eines heißersehnten Zieles und wie man die heißen Wünsche und Herzensziele so verschickt, dass das Universum sie auch richtig versteht und das Gewünschte liefern kann! Themen wie absichtslose Neugier, innere Erlaubnis und Motivations-Strategie erlebst du in Theorie und Praxis mit Jenisons Methoden: „Hängemattenmodus“ und „8er Bahn des Lebens“ ☺

7. März ´19 **"Ruck zuck gut Draufsein!"**

Wie ich mit NLP & Kreativität meine innere Balance schnell wieder herstelle: Du lernst eine Fülle von effektiven Methoden kennen, wie du in Kürze deine Stimmung heben kannst! Du erfährst, was NLP ist, was es kann, warum du es kennenlernen solltest! Lass dich überraschen, wie einfach, schnell und wirksam du dich von drückenden Emotionen wie mit einem Fingerschnipsen befreien kannst!

4. April ´19 **"Wie du mit Humor besser zum Ziel kommst"**

Über sich selbst zu lachen setzt einen befreienden Entwicklungsschub in Gang, der zu Leichtigkeit führt. Es ist wie eine Offenbarung, besonders für „brave Töchter“ sehr zu empfehlen! Verfasste Situationen und eingefleischte Glaubenssätze verschwinden wie weggeblasen. Das ist der äußerst wirksame, und urkomische, provokative Ansatz von Therapeut Frank Farelli. Was provokativer Stil im Coaching ist, und wie man ihn in unterschiedlichen Situationen für sich nutzen kann, lernst du an diesem Vormittag!

9. Mai ´19 **"Yes I Can - Wie du dich selbst motivierst"**

Wie kannst du dich motivieren, deine Projekte tatkräftig anzugehen? Welche Ressourcen benötigst du dazu? Wie überwindest du deinen inneren Schweinehund? Und welche Hindernisse musst du noch beseitigen? Mithilfe der „bipolaren Motivations-Strategie“ kommst du in Fahrt und bleibst auf der richtigen Spur.

6. Juni ´19 **"Einen Scheiß muss ich! "**

„Ich muss abnehmen!“ „Ich muss immer nett zu anderen sein!“ oder „Zu schön um wahr zu sein!“ So bremst uns fortgesetzt der innere Kritiker und das „Muss-Monster“ zwingt uns zum ständigen Bravsein. Wie wir das ändern und freundlicher zu uns selbst werden, zeige ich gern mit NLP, Humor und Tiefgang!

4. Juli ´19 **"Die Sehnsucht der Ahnen"**

- wie unsere Familiengeschichte uns unbewusst in allen Lebenslagen und im Beruf beeinflusst! Finde verborgene ererbte Botschaften und Aufträge heraus! Lass dich berühren und erkenne wesentliche Muster in deinem Leben, die eine lange Vorgeschichte haben!

Atelier für NLP &
Persönlichkeitsentwicklung
Jenison Thomkins

Bismarckstraße 50
50672 Köln

Tel. 0221 – 52 57 99
mobil: 0173 – 2 62 86 31
info@nlp-atelier.de
www.jenison-thomkins.de
www.nlp-atelier.de





Coaching-Club

Themen und Termine 2019

8. August '19 "Wer bist du im Spiegel der 4D-Typologie?"

Spielerisch-kreativ und theoretisch fundiert erlebst du, wie sich ein „kleines Kind“, „Besserwisser“, „aggressiver Einschüchterer“ oder ein „Rückzieher“ verhält, woran du diese Persönlichkeitsmuster erkennst und erprobst, wie sie sich verändern lassen. Dieses Wissen hilft dir, deine Familie, Partnerschaft und berufliche Konflikte zu verstehen und zu meistern!

26. September `19 "Wie du dich von Sorgen und Schuld befreist"

Statt langwierig nach Ursachen in der Vergangenheit zu forschen bietet der „Wholeness Process“ von Connirae Andreas eine faszinierend einfache Methode, um Distanz zu gewinnen von belastenden Erinnerungen und Glaubenssätzen. Spannend und erweiternd für alle Freunde des Core Transformation Processes, den sie auch erfunden hat!

17. Oktober ´19 " Folge deiner eigenen Spur!"

Marlon Brando sagte: „Auf meinem eigenen Weg kann mich niemand überholen.“ Klare Worte! Wer entscheidet denn bei dir meistens, der Kopf oder der Bauch? Um deiner eigenen Spur zu folgen brauchst du beides. Doch wie findest du heraus, was du wirklich willst? Und wie bewegst du den Kopf dazu, mitzumachen und nicht immer nur klug zu schwätzen oder alles anzuzweifeln? „Somatische Marker“ rücken an diesem Vormittag in den Fokus. Wir erforschen die Signale des Körpers und du spürst einen beglückenden inneren Frieden!

28. November ´19 "Magnet-Marketing!"

Wir leben in einer Zeit, in der Frauen so viel können und dürfen wie noch nie zuvor. Es ist jedoch noch nicht alles erreicht solange das gesellschaftliche Umfeld noch von "männlichen" Werten geprägt ist, besonders im Marketing: "spitze Positionierung", "Kalt-Akquise", "den Sack zumachen", "den Markt penetrieren" etc. wird da von uns gefordert. Wie oder womit, bitteschön, sollen Unternehmerinnen den Markt "penetrieren"? Was können wir aber stattdessen "ins Feld führen", um mit weiblicher Kraft erfolgreich zu sein? Hier dreht es sich um Ressourcen, Werte und die Stärkung unserer Magnetkraft, um „Sog-Marketing“!

19. Dezember ´19 "Loslassen – Wie geht das?"

Mithilfe tiefgehender NLP-Formate findest du heraus, wie du von Unnützem und Negativem ohne Bauchschmerzen und Hadern loslassen kannst. Ob zugemüllter Schreibtisch, belastende Beziehungen oder negative Glaubenssätze, du erlebst die befreiende Wirkung von innerer Klärung und Ordnung, die es dir leicht macht, Prioritäten für ein selbstbestimmtes Leben zu setzen.

Was ist der Coaching-Club?

Eine gute Gelegenheit, sich innerhalb des Femme Total Unternehmerinnen-Netzwerks professionell coachen zu lassen! Immer geht es um spannende Themen und effektive Methoden. Und natürlich wird unter uns Unternehmerinnen geklügelt!

Zeit: einmal im Monat Donnerstags, 10 - 12.30 Uhr.

Kosten: 15€ (12€ Femmes)

Ort: Bismarckstr. 50, 50672 Köln im „Atelier für NLP& Persönlichkeitsentwicklung“

Anmeldung erbeten! Bitte immer online anmelden bis einen Tag vorher!

Link: <http://www.nlp-atelier.de> - und dann den aktuellen Termin aufrufen.

Atelier für NLP &
Persönlichkeitsentwicklung
Jenison Thomkins

Bismarckstraße 50
50672 Köln

Tel. 0221 – 52 57 99
mobil: 0173 – 2 62 86 31
info@nlp-atelier.de
www.jenison-thomkins.de
www.nlp-atelier.de

