

# Coaching-Club

## Jahres-Programm 2023



### 2. Februar '23 "Deine Ziele für 2023"

Was soll sich im neuen Jahr verändern? Was willst du erreichen? Setze dir bewusst Ziele, denn wenn du nicht weißt, was du willst, kommst du nirgendwo an! Was sind deine authentischen Ziele? Ich zeige dir die besten Methoden aus dem NLP, wie du deine Ziele mit allen Sinnen erspüren und dich für den Weg motivieren kannst! Dann klappt es auch!

### 16. März '23 "Bestellungen beim Universum"

Wie in dem berühmten Buch geht es hierbei um die präzise Zielformulierung eines heißersehnten Zieles und wie man diese Wünsche und Herzensziele so verschickt, dass das Universum sie auch richtig versteht und das Gewünschte liefern kann! Themen wie absichtslose Neugier, innere Erlaubnis und deine Motivations-Strategie erlebst du in Theorie und Praxis mit Jenisons Methoden.



### 17. Mai '23 - 18-20.30 Uhr "Cool bleiben - Emotionsmanagement"

Im Alltag ist es nicht immer möglich, im Cool-State zu bleiben. Tatsächlich driften wir hin und her. Mal sind wir gut drauf, mal zieht uns etwas runter. Mal planen wir verstandesmäßig die Zukunft und dann sind wir wieder geistig abwesend oder wütend. Der Cool- State befindet sich genau zwischen Separator- und Ressource-State. Ein wenig abwesend und ziemlich gut drauf aber nicht überschäumend vor Euphorie. Wie du dahin gelangst, zeige ich dir gern!



### 29. Juni '23 "Fremd-und Selbstbild-deine Wirkung auf andere"

Unser Fremd- und Selbstbild besteht aus bewussten und unbewussten Anteilen. Am liebsten nehmen wir an uns die positiven Seiten wahr. Die ungeliebten Anteile würden wir gern verdrängen oder unter den Teppich kehren! Vor ihnen fürchten wir uns und andere dürfen sie nicht sehen. Das sind unsere Lebenslügen und sie werden zu unseren Energiemustern. Was ist dein blinder Fleck, was sieht man dir an und wie fühlst du dich damit?

### 24. August '23 "Welcher Typ bist du? Deine Persönlichkeit 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!

### 14. September '23 - 18-20.30 Uhr "Die besten Selbstcoaching Methoden"

Selbst Coaching bedeutet, dass du bei auftauchenden Problemen dir selbst schnell helfen kannst, um gar nicht erst in ein tiefes Loch zu fallen und dir und anderen auf den Geist zu gehen, sondern möglichst bald wieder in die emotionale Balance zu kommen. Dazu zeige ich dir die besten Methoden -versprochen!

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.nlp-gruendercoaching.de](http://www.nlp-gruendercoaching.de)  
[www.nlp-atelier.de](http://www.nlp-atelier.de)



# Coaching-Club

## Jahres-Programm 2023



### 5. Oktober '23 "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 entdecke erstaunlich klare Muster in deinem Leben, die eine lange Vorgeschichte haben!

### 9. November '23 "Was ist wirklich wichtig und richtig? Nachhaltige Entscheidungsfindung!"

In einem beruflich immer angespannteren Arbeitsalltag wird es zunehmend wichtig, sich schnell entscheiden zu können. Sowohl bei gewichtigen Personalentscheidungen, als auch bei beruflicher Neuorientierung und im alltäglichen Leben. Langes Zaudern verzögert die Abläufe, du verspiest Chancen und Beziehungen leiden. Hier helfen dir NLP-Methoden, nachhaltige Entscheidungen zu treffen!

### 14. Dezember '23 "Komm zu dir und finde deine innere Balance!"

Innehalten, Nachdenken, weise und lustvoll neue Pläne schmieden! An diesem Vormittag zeige ich dir einfache Trance-Methoden, um sich auf das Wesentliche im Leben zu besinnen! Jetzt zum Jahreswechsel geht es darum, das Wesentliche nicht aus den Augen zu verlieren. Komm zu Dir! Komm zu deinen Gefühlen, zu den wichtigen Menschen in deinem Leben und besinne dich auf deine Anliegen!

### Was ist der Coaching-Club?

Eine gute Gelegenheit, sich innerhalb des Femme Total-Netzwerks professionell coachen zu lassen! Aber auch um zu netzwerken, Jenison und das Atelier kennenzulernen und NLP zu schnuppern! Immer geht es um spannende Themen und effektive Methoden!

**Zeit:** ca. einmal im Monat, meist Donnerstags, 10 - 12.30 Uhr oder neu! Auch abends 18-20.30 Uhr

**Kosten:** 15€ (12€ Femme Total Mitfemmes)

**Ort:** z.Zt. online, sonst: 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.nlp-gruendercoaching.de](http://www.nlp-gruendercoaching.de)  
[www.nlp-atelier.de](http://www.nlp-atelier.de)

