

# Ein Seminar, das dein Leben verändern kann.

**The Work: Eine einfache Selbsthilfe-Technik um deinen Stress loszuwerden.**



Dieses Seminar ist vom Verband VTW anerkannt

Bist du oft gestresst, traurig, wütend, ohnmächtig, weil andere über dich bestimmen und du weisst nicht, woher das kommt und weshalb erlebe ich das. Die Ursache könnte sein, dass du deinen Gedanken unbewusst Glauben schenkst. In diesem The Work Basic Seminar kannst du u. a. deine Gedanken, die dein Leben schwierig gemacht und dafür gesorgt haben, dass dein Selbstwertgefühl gesunken ist, mit den 4 Fragen von The Work hinterfragen. Wie wäre es, frei und glücklich zu sein.

Worauf wartest du? Du kannst jetzt damit beginnen.

The Work ist eine Selbsthilfe-Technik, die fast jedes Problem lösen kann. Ob im Privatleben, bei beruflichen Fragen, in Beziehungen und emotionalen Herausforderungen. Der Haken bei der Sache: Es ist Arbeit; richtig viel Arbeit. Die gute Nachricht: Wer einmal auf den Geschmack gekommen ist, hält ab dann den Schlüssel in der Hand zu innerem Frieden, Klarheit und Wohlbefinden.

## Ziel & Inhalte vom Basic Seminar:

Grundlagen von The Work kennenlernen,  
wie entstehen Gedanken und was tun sie mit uns?  
Ich - Du – das Universum: Die drei Angelegenheiten,  
die vier Fragen und die Umkehrungen. Wie funktioniert es?  
Das sogenannte Arbeitsblatt über den Nächsten ausfüllen,  
andere Teilnehmer\*innen zu begleiten, bzw. sich begleiten lassen,  
nach diesem Wochenende kannst du in der Lage sein, dich selber und andere durch den Prozess zu begleiten.

## An wen richtet sich das Seminar?

Dieser Workshop richtet sich an Menschen:  
Die sich von stressvollen Erinnerungen befreien möchten,  
die stressvolle Konflikte mit anderen Menschen erleben,  
die sich um die Zukunft sorgen,  
die neugierig sind, ihrer eigenen inneren Wahrheit zu begegnen.

Investition: 250 € Seminarunterlagen, Getränke & Obst. Bring bitte Schreibblock, Pausensnack und Socken mit.

Frühbucher Rabatt: 230 € bis 5 Wochen vorher

Termin: 0.0.-0.0.2019 Sa. 10h–18h So. 10h-17h

Die 2 Tagen des Seminars werden auf die Coachausbildung/ Weiterbildung vom Verband VTW anerkannt.

Anmeldeschluss bis vier Tage vor Seminarbeginn

Christel Messing Coach for The Work, Veranstaltungsort: Dorothea-Erxleben-Weg 28 53229 Bonn

Anmeldung: [info@endlichklarundfrei.de](mailto:info@endlichklarundfrei.de) Tel: 0228 18418690