

## **Von der „Dramaqueen“ zum souveränen Auftritt** ***Hochsensibel, hochemotional oder Dramaqueen?***

Jede Frau empfindet Emotionen. Wie stark diese wahrgenommen und ausgedrückt werden, hängt von der persönlichen Prägung ab. Dieses Seminar verhilft Frauen in eine entspannte Haltung gegenüber Ihrer Emotionen zu gelangen.

Spielen sich immer wieder die gleichen Dramen in Ihrem Leben ab? Oder sind Sie umgeben von Menschen, die das Drama lieben? Da wird gerne einmal aus einer Mücke ein Elefant gemacht. Das Leben von diesen Menschen ist oftmals gezeichnet von Katastrophen.

Dies kann auf Dauer sehr kräftezehrend sein. Diese Erkenntnisse verhelfen zu neuen Reaktionsmöglichkeiten, die Sie dann mit einer leichteren Schwingung umgibt. Ihre Resonanzen klären sich. Erfahren Sie hier, wie Sie aus alten Mustern aussteigen und zu einer entspannten Haltung kommen.

Inhalte:

- Wer bin ich wirklich?
- Wie ist meine Dramageschichte?
- Wie gehe ich mit Emotionen um?
- Wie lebe ich mein Leben souverän?

Referentin:

Monika Finkbeiner-Stein, Kauffrau, Coach & Trainerin, Idstein

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Vortrag: Mindestens 6 und maximal 250 Teilnehmerinnen

Tagesveranstaltung: Mindestens 4 und maximal 15 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6-7 Zeitstunden oder einen Vortrag mit 1-2 Zeitstunden

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Tagesveranstaltung: Beamer, Leinwand, Flipchart mit Papier, Moderationskoffer, Stühle in U-Form (mit oder ohne Tische je nach Raum und Thema)

Vortrag: Beamer, Leinwand, Flipchart mit Papier, Stuhlstellung je nach Raummöglichkeit

Maximale Entfernung:

Vortrag: nach Absprache

Tagesveranstaltung: hessenweit