



Das UNBEWUSSTE verstehen und nutzen KONZEPT DER SELBSTREGULATION NACH STORCH UND KUHL



Workshop
ganzer Tag



Hintergrund:

Was tun Sie, wenn Sie auf ein Problem keine spontane Lösungsstrategie haben? Vielleicht schlafen Sie eine Nacht darüber und vertrauen darauf, am Morgen einer Lösung näher zu sein. Das Konzept „der Kraft aus dem Selbst“ von Maja Storch und Julius Kuhl erschließt uns Wege, wie wir systematisch unseren unbewussten Erfahrungsschatz, unser Extensionsgedächtnis, aktivieren können. Der Workshop bietet eine spannende Entdeckungsreise für Teilnehmer, die sich selbst näher kennenlernen möchten. Optimal sind Situationen, in denen Teilnehmer Gelassenheit im Umgang mit einem Thema entwickeln wollen.

Inhalte:

- Wie stärke ich meinen Selbstzugang?
- Wie kann ich mich selbst regulieren, motivieren oder auch bremsen?
- Wie kann ich die Wechselwirkungen von Körper und Psyche verstehen und nutzen?

Hinweis:

- Vereinbarung zur aktiven Mitarbeit anhand eigener Fallbeispiele

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de