



## Was will ich wirklich? - Der Weg in ein selbstbestimmtes Leben



Leben Sie Ihr eigenes Leben? Was ist Ihnen wirklich wichtig? Was würden Sie tun, wenn es keine Zwänge gäbe?

Manchmal zwingt uns ein Schicksalsschlag dazu, uns auf das für uns Wichtige zu konzentrieren. Das ist ein „Mechanismus“, der gut funktioniert, wenn er dann noch möglich ist.

Wollen Sie darauf warten?

Besser ist es doch, sich aktiv mit den eigenen Wünschen und Vorstellungen auseinanderzusetzen und diese auch zu leben.

### In diesem Seminar lernen Sie:

- die Vergangenheit anzunehmen und positiv nach vorne zu schauen
- verschiedenen Wege, den Sinn Ihres Lebens zu finden
- warum kleine Schritte ganz große Wirkung zeigen
- wie Sie es schaffen sich zu motivieren und nicht aufzugeben

### Nach dem Seminar haben Sie:

- alle Lebensbereiche kritisch aber wohlwollend beleuchtet
- verschüttete Lebensträume wieder aktiviert bzw. wahre Wünsche erkannt
- eine klare Vorstellungen wie Ihre kurz- und langfristigen Ziele aussehen
- einen konkreten Plan mit Handlungsschritten, um die Ziele zu erreichen
- viel Motivation auch vor Hindernissen nicht zurückzuschrecken
- einen Leitfaden, den Prozess in neuen Lebenssituationen zu wiederholen
- eine Community, die sich gegenseitig unterstützt, am Ball zu bleiben
- einfach Lust (nochmal) durchzustarten

### Rahmenbedingungen:

max. 15 Teilnehmer\*innen, Obst und kleine Snacks in den Vormittags- und Nachmittagspausen, Wasser, Tee und Kaffee, Möglichkeit zum Mittagessen in der Nähe (nicht incl.)

### Ausschluss:

Diese Schulung setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus und ersetzt wie bei Coachingprozessen üblich keine Psychotherapie.

### Absage von Veranstaltungen

Veranstaltungen werden bei zu wenigen Teilnehmer\*innen abgesagt (in der Regel unter fünf Personen). In diesem Fall werden bereits gezahlte Gebühren voll zurückerstattet. Weitere Ansprüche gegenüber der Veranstalterin bestehen nicht. Bei ggf. notwendigen Hotelbuchungen wird empfohlen, flexible Buchungen vorzunehmen (z.B. über HRS sind diese bis 18.00 des Anreisetages kostenlos stornierbar)

### Rücktritt

Bis 4 Wochen vor Beginn einer Veranstaltung kann eine kostenfreie Stornierung vorgenommen werden. Bis 2 Wochen vorher werden 50% zurückerstattet. Danach ist die volle Gebühr zu zahlen. Es wird jedoch immer eine Ersatzperson akzeptiert.

### Hinweis

Das Seminar "Was steht mir im Weg? - Veränderungen wirklich umsetzen" empfiehlt sich als Folgeseminar ca. 6-8 Wochen später. Wenn Sie beide Seminare zusammenbuchen wollen, schreiben Sie mir eine E-Mail. Sie erhalten von mir ein besonderes Angebot (kontakt@kathrin-meyer.com).

### Seminarzeiten:

Freitag 15:00 -20:00,  
Samstag 9:00 – 17:00 Uhr

### Seminarort:

wird benannt

### Preis:

499 Euro, 399 Euro Frühbucher  
(2 Monate vorher)  
incl. MwSt, zzgl. Buchungsgebühr

### Termine:

Auf Anfrage



Kathrin Meyer ist Dipl. Kauffrau,  
Systemischer Coach und  
Supervisorin.

Sie unterstützt Menschen in Umbruchphasen und Lebenskrisen, sich neu zu orientieren, ihr Leben auf wirklichen Bedürfnissen auszurichten und ihr volles Potenzial auszuschöpfen.

[kathrin-meyer.com](http://kathrin-meyer.com)