



Themenliste 2019 - Buchbare Vorträge | Workshops | Seminare

Vorträge

Körpersprache - Botschaften des Inneren

Das kann ich nicht vergessen! - Kränkungen verstehen und auflösen

Wut, wie soll ich mit dir sein? - Energie in Stärke wandeln

Wege aus der Falle "Perfektion"

Die Macht der Emotionen - Cooler Umgang mit Gefühlen

Schattenseiten - Schätzen was lebendig macht

Workshops/Seminare

Verwurzelt wie ein Baum, leicht wie ein Vogel - Wholebody Focusing und Baumatmen

Der Körper malt - Kreativität und Ausdrucksfocusing

Vertrauen kommt vom stille sein - Awareness Focusing

Stress vermindern - In der eigene Kraft ruhen

Innerer Träumer trifft Inneren Künstler - Focusing orientierte Traumarbeit

Klar und stark - Selbstmanagement mit Focusing

Zu viel was stresst, zu wenig was gut tun: Burn-Out bei Frauen

Frauenkraft: Du bist da auf meinen Wegen, Freundin, Schwester, Weggefährtin

Wenn sich eine Türe schließt im Leben, tut sich eine andere auf - Chance „Umbruch“

Achtsamkeit - Sieben Schlüssel für das Inneres Haus

Des Kummer's Blume pflück' ich mir - Im Schwierigen das Gute finden

Leben durchweht meinen Tag - Sich rückverbinden mit dem Wunderbaren

Die Powerkraft von Jammern & Co - Sackgassen-Blockaden auflösen mit Focusing

Bauchentscheidungen ins Glück - Lebensphilosophie für den Alltag

"Mit jedem Nein sag' ich Ja zu mir!" - Grenzen setzen in Beziehungen

Innerer Kritiker - Freund oder Feind?

In Frieden mit mir - Raus aus der Falle, anderen zu gefallen

IKIGAI - Das Richtige tun!

Walking on the dark side of life - Die produktive Kraft der Depression

Ganze 70 und 8 Weisheiten - Lebenswaage in Balance

Seminare/Fortbildungen für psychosozial & pädagogisch Tätige/ Tätige im Ehrenamt

Kinderfocusing - kindliches Erleben fördern

Dem Haifisch die Zähne ziehen - Kita Alltag ganz entspannt

Habe verstanden! - Positive Kommunikation zwischen Tür und Angel

Wie sag ich's am besten? - Professionalität im Gespräch

Wenn es laut wird, werd' ich leise - Spürbewusster Umgang mit Konflikten

Wir sind uns wieder gut - Wertschätzen, Akzeptieren, Verstehen

Ich brauche dich! Brauchst Du mich? - Das GFK Charakterstrukturmodell

Wieviel WIR vertrage ich? - Resilienz in der Arbeit für andere

Das Geheimnis kluger Entscheidungen - Zürcher Ressourcenmodell