



## Neue Gruppen starten wieder im Oktober

Anmeldung unter: [www.coaching-wehnelt.de](http://www.coaching-wehnelt.de)

<b>Kleingruppen:</b>	<b>6 – 8 Teilnehmer</b>
<b>Preise:</b>	<b>315 Euro (15 Stunden)</b>
<b>Zusätzliche Einzelgespräche zur Nacharbeitung:</b>	<b>80 Euro / Jugendliche 60 Euro</b>

### Gruppe Jugendliche (15 – 18 Jahre)

<b>Ab 11. Oktober / 10 Treffen</b>	<b>Selbstwahrnehmung / Selbstreflektion / Selbststeuerung</b>
Dienstag:	18:00 Uhr - 19:30 Uhr
<b>Ab 13. Oktober / 10 Treffen</b>	<b>Selbstwahrnehmung / Selbstreflektion / Selbststeuerung</b>
Donnerstag:	17:30 Uhr – 19:00 Uhr

### Gruppen Frauen und Paare

<b>Ab 14. Oktober / 10 Treffen</b>	<b>Selbstliebe / Achtsamkeit / Konflikte bewältigen / ...</b>
Freitag	9:30 Uhr – 11:00 Uhr
Freitag	11:30 Uhr – 13:00 Uhr
Donnerstag	19:30 Uhr – 21:00 Uhr

### Eine Gemeinschaft, die an einem Strang zieht, macht das Ziel leichter erreichbar:

Gedankenhygiene, sich seiner Muster/ Glaubensätzen immer schneller bewusst zu werden, die Komfortzone täglich ein wenig zu dehnen, die Intuition zu schulen, sich selbst zu schätzen, Vergleiche und Bewertungen erkennen, resilienter zu werden, achtsamer mit sich selbst und seinem Umfeld, die Gesetze des Universums zu kennen, Dankbarkeit zu leben, Ziele und Visionen finden und festlegen, die Verantwortung für sich zu übernehmen, ...

Für 3 Monate trifft sich die Gruppe jede Woche /oder alle zwei Wochen für 1.5 Stunden. Präsent in meiner Praxis in München oder online.

### Warum ich gerne in Gruppen arbeite:

Gruppenarbeit verbindend, ist beständig, fordernd, haltgebend und ermöglicht viel Austausch. Hier ist keiner mit seinen Themen allein. Jeder profitiert vom anderen. Hier entsteht Beziehung. Nach einem Erstgespräch werden Gruppen gebildet, sodass gemeinsam an Themen gearbeitet werden kann. Themen werden mit der Gruppe abgestimmt.