

# Sicher durch die Unsicherheit

Mit InnerLeadership



Online Kurs für Männer

ab 28.Oktober 2020, 4 Termine á 2h.

In der aktuellen Situation werden wir immer wieder mit Ungewissheit und Unsicherheit konfrontiert. Die Auswirkungen unserer Entscheidungen werden immer unvorhersehbarer. Daher wird es immer wichtiger nach innen zu blicken, um dort Ruhe, Orientierung und Gelassenheit zu finden. Der InnerLeadership Ansatz hilft dabei, die eigene Körperintelligenz zu entschlüsseln, um neue Antworten zu finden. So können wir die Chancen der Krise nutzen, um Vertrauen, Offenheit, Neuorientierung und eine kreative, verbundene Art des Denkens zu kultivieren.

## Inhalt

- Achtsamer Umgang mit Angst und Ungewissheit
- Orientierung und Halt mitten im Wandel
- Stabilität und Freiraum finden
- Vertrauen in das Nicht-Wissen
- Wie uns der „Felt Sense“ durch die Krise lotsen kann
- Sicherheit durch Zugang zur Stimme der inneren Weisheit

Bei jedem Online-Treffen finden Sie durch geleitete Meditationen innerlich zur Ruhe, bekommen theoretische Inputs und tauschen sich mit anderen aus.

## Zielgruppe

Selbständige, Entscheidungsträger und alle, die:

- eine klare Orientierung und Gelassenheit wünschen
- die Chancen der Krise zu einer Neuorientierung nutzen möchten und
- die Bereitschaft, 10 Minuten pro Tag für die Integration in den Alltag mitbringen

Maximal 12 Teilnehmer, keine Vor-Erfahrungen nötig

## Zeiten

Am 28.10.2020, 04.11.2020, 18.11.2020 und 25.11.2020  
mittwochs von 19:00-21:00 Uhr

## Preis

195 Euro für Privatpersonen, 270 Euro Firmenzahler

## Leitung



Jan-Fredo Willms, Dipl.Psych., Führungskräftetrainer, systemischer Organisationsberater und Coach, Lehrtrainer für Focusing (DFI-DAF Würzburg) [www.jfwillms.de](http://www.jfwillms.de)  
Bitte melden Sie sich mit Namen, Anschrift, Email, Telefon und Beruf unter [mail@jfwillms.de](mailto:mail@jfwillms.de)

## Teilnehmer- Stimmen des Seminars

*„Das Seminar ist praxisnah, und bietet sofort umsetzbare Techniken in einer sehr wertschätzenden Atmosphäre.“*

Dr. Kerstin Finger

*„Ein wunderbarer Einstieg, um Körperintelligenz wahrzunehmen und für den eigenen Lebensweg zu nutzen.“*

Christiane Glatzel