

WellnessUrlaub für meine Seele



Was ist WellnessUrlaub für meine Seele?

Eine Zusammensetzung aus Wellbeing und Happiness.

Wo ich Wellnesstechnisch gerade stehe, merke ich an meinem Erleben und andere bspw. an meinem Verhalten.

WellnessUrlaub ist:

- Einklang mit der Natur
- Positive Lebenseinstellung
- Harmonisches Privatleben
- Seelische Belastbarkeit

Fragen Sie sich:

- Wie habe ich mich in den letzten 3 Jahren verändert?
- Bin ich heute authentischer? Fröhlicher? Glücklicher?
- Bin ich mittlerweile gelassener? Friedlicher? Gesünder?
- Wie stehe ich zu mir selbst? Meinem Leben? Zum anderen Geschlecht?
- Genieße ich mein Leben heute mehr?

Was ist WellnessUrlaub für meine Seele?

Ich lade Sie ein, aber natürlich nur, wenn die Vorstellung für Sie eine schöne ist, auf die Stopp-Taste zu drücken.

Zunächst Abstand zu bekommen.

Um dann radikal ehrlich Bilanz zu ziehen.

Und anschließend neu zu wählen, wie sich Ihr Erleben und Verhalten möglicherweise verändern könnte.

Um in 1 Jahr eine ganz andere Bilanz ziehen zu können.

Wie funktioniert WellnessUrlaub für meine Seele?

Ich empfehle mit einem Kurzurlaub zu starten. Beispielsweise an einem Kraftort ganz in Ihrer Nähe. Zunächst für ein paar Stunden. Haben Sie damit gute Erfahrungen gemacht, steigern Sie gern auf 1 Tag, 1 Wochenende, 1 Woche...

Zusammen überlegen wir uns die für Sie gerade richtige Dosis.

Mit Abstand geht es dann gemeinsam um Fragen wie bspw.:

Warum bin ICH eigentlich erschöpft?

Wer oder was hindert mich daran meine Träume zu leben?

Wie kann ich meinen Ruhestand endlich genießen!?

Warum finde ich nicht den Partner, der zu mir passt?

Wie können wir als Paar besser streiten?

...

[Bitte Ihre brennendsten Themen einsetzen 😊]

Wofür WellnessUrlaub für meine Seele?

Sie entschleunigen. Sie erleben inneren Frieden.

Sie lernen sich selbst garantiert (besser) kennen.

Sie erkennen Ihre ganz persönlichen Hindernisse, die Ihrem Wunschleben bislang im Wege stehen.

Gemeinsam finden wir Möglichkeiten, diese „Steine“ aus dem Weg zu räumen.

Im geschützten Rahmen erproben wir zusammen, wie sich neues Verhalten anfühlt und nehmen Korrekturen vor, bis Ihr Gefühl sagt:
„Passt“.

**„Wenn du wissen willst,
wer du warst, dann schau,
wer du bist.**

**Wenn du wissen willst, wer
du sein wirst, dann schau,
was du tust.“**

Buddha



Ich freue mich, von Ihnen zu hören!



Herzlichst Ihre

Susanne Schaub

**Dipl. Wirtschaftspsychologin,
systemische Coach, Autorin, Dozentin
der Erwachsenenbildung**

Mobil:

0176 / 84089300

Email:

susanne.schaub@geht-nicht-weil.com