

*„Die Ewigkeit besteht  
aus vielen Jetzts.“  
Emily Dickinson*

## Workshop „Gute und für sich stimmige Entscheidungen treffen.“

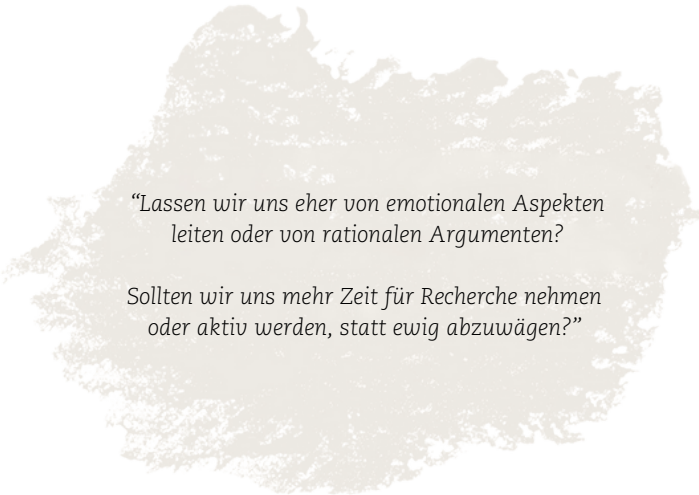
Ich freue mich sehr, dass Sie sich für diesen Workshop entschieden haben.

Um gute und stimmige Entscheidungen für sich treffen zu können, benötigt es Selbstkenntnis, ein Bewusstsein für die Möglichkeit, Prioritäten sinnvoll einzusetzen und ein Bewusstsein für verschiedene Wahrnehmungsverzerrungen, die aufgrund eigener Erfahrungen und Prägungen bei Entscheidungsprozessen gerne “schnell mal um die Ecke kommen”.

In diesem Workshop werden Sie Ihre persönlichen Entscheidungsstile und Entscheidungsspielräume kennenlernen und ein Bewusstsein dafür entwickeln, wie Sie in Zukunft die für Sie richtigen und stimmigen Entscheidungen treffen können.

Der Workshop wird nach einem ausführlichen, kostenfreien Vorgespräch von mir persönlich und exklusiv nur für Sie und Ihr Anliegen vorbereitet. Er beinhaltet Übungseinheiten, die von mir persönlich und “live” erklärt, moderiert und begleitet werden. In allen Übungen werden Sie ins Denken, Fühlen und Handeln kommen; dies mit sensorischen und kreativen Arbeitstechniken, die an Coachingübungen gekoppelt sind. Für diesen Workshop sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Es werden nur wenige Materialien benötigt, die Sie in einer Prework-Mail aufgelistet bekommen.

Nach diesem Workshop entscheiden Sie bewusster und für sich stimmiger und besser.



*“Lassen wir uns eher von emotionalen Aspekten leiten oder von rationalen Argumenten?”*

*Sollten wir uns mehr Zeit für Recherche nehmen oder aktiv werden, statt ewig abzuwägen?”*

Als Unternehmerin und Mensch habe ich jeden Tag unzählige Entscheidungen getroffen und dabei viel über mich, meine Erfahrungen und Prägungen gelernt. Dieses Wissen und all meine Erfahrung rund um das Thema “Entscheidungen treffen” habe ich, neben vielen neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen, in diesen Workshop einfließen lassen.

Ich bin mir sicher, dass Sie nach dem Workshop neue Denk-, Wirk- und Verbundenheitsräume für sich öffnen werden, Ihren persönlichen Entscheidungsstil entwickelt haben und für Ihr Anliegen eine für Sie gute und stimmige Entscheidung treffen werden.

Ich freue mich sehr auf Sie, Ihre Christine Frischmuth

### Inhalt & Umfang

- Vorabgespräch ca. 30 - 45 min.
- Materialliste für den Workshop
- 3 h Online-Live-Workshop oder Präsenzworkshop mit Christine Frischmuth
- Auf das Anliegen abgestimmte Übungseinheiten
- Wenn vom TN gewünscht, bis zu 14 Tagen nach dem Workshop Umsetzungsbegleitung via Whatsapp/ Signal
- Buchempfehlungen zum Thema “Gute und stimmige Entscheidungen treffen”