

ELSK DIN FRYGT™

- Ved du godt hvad du skal, men tøver alligevel?
- Stopper frygten dig hver gang du forsøger at tage det første skridt i retning af dine passionerede drømme?
- Står dine begrænsende overbevisninger i kø?
- Er du bange for at du ikke er god nok?
- Frygter du at du ikke har det, der skal til?
- Er der "noget", der holder dig tilbage, og vil du gerne vide hvad dette er?

ELSK DIN FRYGT er et personligt coachingforløb over 3 powerfulde sessioner, skræddersyet til dig, der føler dig begrænset af dine egne overbevisninger og som vil lære hvordan du håndterer din frygt konstruktivt. Det er ikke svært, det tager ikke lang tid og de teknikker du lærer vil du kunne bruge resten af dit liv. I coachingforløbet lærer du bl.a.:

- At kende forskel på din frygt, din tvivl og din forvirring
- At lave simple strategier for dine reelle forhindringer
- En powerfuld metode til at vende dine negative overbevisninger
- At eliminere følelsen af ikke at være god nok
- Hvem du skal turde være for at gå efter dét, du drømmer om
- At identificere de skyggesider, der holder dig tilbage
- At identificere den historie, der begrænser dig
- Opskriften på en frygt-sikker handlingsplan

PRAKTISK: Vi snakker i telefonen eller mødes i mine lokaler på Nygade 39 B. Du får worksheets med hver gang, så du kan forsybe dig i processen, og sikrer dig at du får optimalt ud af forløbet.

3 gange i alt 4490 kr. (OBS hvis du starter på dette forløb senest 2. mdr. efter afslutning af et af mine andre forløb, får du det til kr. 3490. Du sparer 1000 kr.!)

Med fred,
Helle, tlf: 7575 7548
hellelaursen@mail.dk

Ps. Du kan altid få ½ times gratis uforpligtigende intro, hvis du gerne vil høre mere om et eller begge af forløbene. Det eneste det kræver, er at du svarer på et par spørgsmål via mail inden. Til gengæld vil du på den ½ time få en klar fornemmelse af hvad du kan få ud af forløbet.