

Dit grundspørgsmål – saboterer det dig?

Basis pakken for dig der gerne vil have de mest essentielle, vigtigste værktøjer til at stoppe selvsabotagen, og blive aktiv i dit eget liv – på den fede måde. Kan du genkende dig selv i en af følgende:

- * jeg har jævnligt en negativ indre dialog kørende, der gør mig opmærksom på alt det jeg kunne gøre bedre/ anderledes/ikke skulle have sagt/ o.lign.
 - * bebrejder du ind imellem dig selv at din hverdag er som den er?
 - * du tænker ofte at du BURDE eller SKULLE gøre et eller andet
 - * ønsker du oftest at andre kunne forstå dig?
 - * Synes du aldrig helt du gør det godt nok?
- føler du dig jævnligt misforstået eller udnyttet?

Og har du et ønske om at

- * få mere nærvær og power i dit liv?
- * Kunne handle på det der er vigtigt for dig?
- * Være aktiv medskaber i din hverdag og i din fremtid?

Så er **Dit grundspørgsmål – saboterer det dig?** Det der vil gøre en kæmpe forskel for dig. Du får 8 times intensiv coaching over 8 uger, der bliver tilrettelagt til dig. Du får:

- * en vished over hvad der skal til i dit liv for at du bliver let om hjertet, og kan leve med mere autencitet
- * en fuldstændig klarhed over hvor du lettest falder i, og hvad der er din grundliggende udfordring - og en plan for at vende den til din største styrke.
- * en hurtigste og mest enkle måde at sætte en stopklods i den indre selvsabotage på

Du får her ekspres udgaven af de absolut vigtigste værktøjer – dem der har gjort den største forskel for flest af mine klienter. Denne pakke giver dig desuden den grundige introduktion til det allervigtigste – hvordan du undgår at sabotere dig selv, og hvad du kan gøre når du opdager at selvsabotagen tittede frem igen.

Hør her hvad mine klienter siger om arbejdet:

... jeg var min egen værste fjende, og at jeg gik rundt med en konstant følelse af, at alt hvad jeg gjorde ikke var godt nok...

...Jeg følte mig i absolut trygge hænder hele forløbet igennem. Det var også givtigt for mig, at der var indlagt små bevidstheds øvelser, det gav coachingen dybde. Helle havde evnen til at tilføre mig energi, så jeg følte mig helt høj bagefter, med masser af gå på mod og glæde - usædvanlig godt tilpas og lettet...

..Det har været meget givende og jeg bruger redskaberne til at være accepterende over for øjeblikket -at turde være til stede her og nu med alt hvad det rummer og indebærer. Det har betydet at jeg bedre kan balancere i situationer, som tidligere ville have slået mig ud af kurs...

...Helle er én af de bedste ambassadører for coaching branchen - hun er ægte, oprigtig og meget tilstede når samtalerne foregår. Hun er meget opmærksom på de små detaljer som kan sammensætte hele din historie til noget der lige pludselig giver mening...og skaber en helt automatisk ro og tillid i forholdet. Sidst men absolut ikke mindst, så har hun humor 😊

...Inden forløbet levede jeg rigtig meget oppe i mit hoved og havde svært ved at definere hvilken retning jeg egentlig gerne ville løbe. Jeg var meget reaktiv i forhold til mine omgivelser. Nu har jeg har en betydelig større ro og indsigt i forhold til hvad der er vigtigt og "sandheden" om mig. Jeg er blevet meget mere ærlig omkring mig selv - både for andre og for mig selv, hvilket har gjort jeg ikke føler jeg behøver "være" noget andet end det jeg er...

...Inden forløbet hos Helle var jeg mest præget af dunkelhed og frygt - nu er jeg helt klart glad og modig og har lyst til at udforske mig selv....

... Det bedste ved coachingforløbet har været at det var meget intens hver gang og måske netop fordi at det foregik over telefonen, så jeg helt kunne være i min egen verden. Helle er meget meget dygtig, hun er klar i hovedet og i spyttet 😊 Hun er faglig dygtig og sikker i coaching sessionen. Jeg synes at jeg blev mødt, set, og fantastisk støttet. Tak for nu, det har været helt fantastisk!

PRAKTISK: Vi snakker i telefonen, eller mødes i mine lokaler på Nygade 39 B. 8 gange i alt 9600 kr. Betales på en gang efter første session, eller du betaler af 2 rater (en før første session, rate 2 efter 4. session)

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.