



## *Möchten Sie Ihr Potential besser entfalten?*

Die Lebendigkeit und Kreativität entwickeln – persönlich und im Team

Sicherheit, Offenheit und Unabhängigkeit – das sind wertvolle Eigenschaften einer authentischen Person. Dabei spielt es keine Rolle, ob sie alleine lebt, in einer Firma oder Institution, selbständig oder im Team arbeitet. Um sie zu erlangen, braucht es die Kenntnis der eigenen Fähigkeiten, Ressourcen und Resilienz. Nur wer sich seines Potenzials bewusst ist, die kognitiven Gedanken und die emotionalen Gefühle verkörpert und reguliert, kann es auch erfolgreich einsetzen.

Meine Workshops unterstützen Sie auf diesem spannenden Entwicklungsweg und zeigen Ihnen neue, ungeahnte Perspektiven auf. Über die eigenen, teilweise ganz neuen Erfahrungen, das bewusste Reflektieren und den Einbezug von unterschiedlichen Betrachtungsweisen kann bereits während des Seminars eine Wandlung stattfinden. Die neuen Erfahrungen ermöglichen Orientierung, schaffen Klarheit und fördern das Vertrauen in den eigenen Lebensweg.

### Interessante Varianten

› *Impuls-Seminare*

Anzahl Teilnehmende: 4 bis 20 Personen (max.)

Zeitungumfang: 3 bis 6 Stunden

› *Gruppen-Seminare*

Anzahl Teilnehmende: 4 bis 20 Personen (max.)

Zeitungumfang: 1 bis 2 Tage

› *Sach- und Fachvorträge*

Anzahl Teilnehmende: Unbegrenzt

Zeitungumfang: 45 bis 90 Minuten

## Interessante Varianten

- › Authentisch sein – die Persönlichkeit
- › Authentisch begegnen – die Kommunikation
- › Achtsamkeit (Mindfulness) und Verkörperung (Embodiment) – die Balance
- › Wertvolle Fähigkeiten entdecken – das Team

oder nach Vereinbarung.

Zeitrahmen, Datum und Ort der Durchführung nach Vereinbarung.

Die Workshops beinhalten lehrmässig aufgebaute Fachthemen, interaktive Übungen und berühren den ganzen intelligenten Körper. Das Thema wird mit einfachen Skizzen oder Modellen anschaulich verankert.

Einzel- bzw. Team-Coachings können die Workshops sinnvoll erweitern.

Bitte rufen Sie mich an. Das konkrete Gespräch schafft die nötige Basis für einen optimalen Erfolg. Meine Kontaktdaten finden Sie in der Fusszeile.

## Über mich

Peter Müri

Geboren am 17. Januar 1949

Verheiratet und Vater von zwei erwachsenen Töchtern

Beruflicher Hintergrund: Somatic Experiencing (SE) ® Practitioner, Ausbilder (FA), Coach und Trainer mit langjähriger Erfahrung, Spezialist für Coaching und Seminare in den Kompetenzfeldern Persönlichkeits- und Teamentwicklung, Kommunikation, Partnerschaft und Beziehung.

