

Cornelia Willi TSTA-E

Workshop

Introvision: Begegnung mit meinen Stressfaktoren

Indem ich das betrachte, was mich stresst, kann ich einen Prozess der Desensibilisierung in Gang setzen.

Ich stelle das IntrovisionCoaching und die Wirkungsweise der Methode Introvision vor.

Introvision

geniale Methode

achtsam Alarme löschen

Imperativ suchen Satz finden

wirkungsvoll

Sprache: Deutsch und Französisch

Zielgruppe: C | E | O | P

Teilnehmerzahl: offen