



Seminar 6 aus der Reihe Aufstellungsseminare - "Seelen-Alchemie: Die 8 Wandlungs-Geheimnisse"

Souverän führen mit innerer Stärke:

Selbstsabotage stoppen, Selbstvertrauen stärken

Spreewald - 08./09. November 2025

Das Thema

Fühlen Sie sich manchmal wie Ihr eigener schlimmster Feind? Sabotierten Sie unbewusst Ihren Erfolg und Ihr Wohlbefinden? Viele Menschen kämpfen mit einem tief verwurzelten negativen Selbstbild und Verhaltensweisen, die sie daran hindern, ihr volles Potential zur leben. Diese inneren Konflikte können sich in verschiedenen Lebensbereichen manifestieren - sei es in der Karriere, in Beziehungen oder bei persönlichen Zielen. Selbstsabotage ist oft das Ergebnis von früheren Erfahrungen, erlernten Glaubenssätzen und unbewussten Ängsten. Sie kann sich in Form von Prokrastination, Perfektionismus, übermäßiger Selbstkritik oder der Angst vor Erfolg zeigen. Diese Muster zu durchbrechen erfordert Mut, Selbstreflexion und die richtigen Werkzeuge. Dieses Seminar bietet Ihnen einen geschützten Raum dafür, um diese herausfordernden Themen anzugehen. Sie lernen ihre selbstsabotierenden Muster zu erkennen, zu verstehen und schließlich zu transformieren. Durch gezielte Interventionen entwickeln Sie ein starkes Selbstbewusstsein und die Fähigkeit, sich selbst effektiv zu führen.

Ziele und Methoden



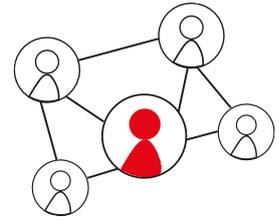
In diesem Seminar lernen Sie, Ihre selbstsabotierenden Verhaltensweisen zu identifizieren und zu analysieren. Sie erfahren, wie Sie durch positive Selbstgesprächsführung und gezielte Techniken Ihr Selbstbewusstsein stärken können. Praktische Übungen helfen Ihnen, Ihre Körpersprache bewusst zur Stärkung Ihres Auftretens einzusetzen und Ihre innere Haltung zu transformieren. Zudem entwickeln Sie Strategien zur Überwindung von Perfektionismus und unrealistischen Erwartungen, während Sie Selbstmitgefühl und Selbstakzeptanz kultivieren. Wir arbeiten systemisch und prozessorientiert.

Wenn wir verstehen, wie wir geworden sind, wer wir sind,
können wir bewusst neudenken und lenken und werden, wer wir sein wollen.



Aussichten, die Sie erwarten:

- Sie erkennen und verstehen Ihre selbstsabotierenden Verhaltensweisen und wissen, wie Sie diese überwinden können
- Sie haben ein gestärktes Selbstbewusstsein und mehr innere Sicherheit entwickelt
- Sie beherrschen effektive Techniken zur Selbstmotivation und Selbstführung
- Sie können Ihre Körpersprache bewusst zur Stärkung Ihres Auftretens einsetzen
- Sie können realistische Ziele setzen und diese konsequent verfolgen
- Mit evt. Rückschlägen und Kritik gehen Sie souveräner um.
- Sie kultivieren eine positive Selbstwahrnehmung und setzen ihre Stärken gezielt ein.



Wann & Wo: Ihre Teilnahme auf einen Blick

- Samstag/Sonntag 08. - 09. November 2025 // 10 - 16 Uhr
- esprit d'équipe - Raum der Stille
An der Hauptspree 10 / 03096 Burg/Spreewald
- 780 € / Frühbucher 560 € bis 30.03.2025
- Anmeldung per Mail: info@sabinebeley.com

Veranstalterin



Sabine Beley ist Führungsvisionärin, Coach und Trainerin mit über 20 Jahren Erfahrung. Sie begleitet Menschen zu authentischer Führung, Macht und Selbstverwirklichung. Ihre Expertise: ermutigen, verborgene Potenziale entfesseln und in herausfordernden Zeiten zu kraftvoller Führung inspirieren.

Die Reihe Aufstellungsseminare - "Seelen-Alchemie: Die 8 Wandlungs-Geheimnisse" beinhaltet 8 Seminare, die thematisch aufeinander aufbauen, aber so konzipiert sind, dass sie auch einzeln besucht werden können.

Seelen-Alchemie ist eine Ausbildung zur Expertin in eigener Sache, die der weiteren Erforschung der eigenen Persönlichkeit dient und die Entfaltung des wahren Selbst fördert. Sie zielt darauf ab, Barrieren zu überwinden und die innere Freiheit, Selbstbestimmung und den Einfluss zur vergrößern. Auf die Ausbildung erhalten Sie 20% Rabatt.

