

COACHING FÜR FRAUEN AUF MALLORCA

Be yourself, strong and beautiful



Frauen haben die tollste und intensivste Ausstrahlung, wenn sie sich annehmen und wertschätzen, wie sie von Natur aus sind. So lassen sie ihren inneren Diamanten strahlen. Doch sind Frauen in der heutigen Gesellschaft immer noch gezwungen, sich in einer von Männern über Jahrtausende gestalteten Welt männlichen Werten und Systemen anzupassen.

Fehlende Anerkennung

Dies geschieht freilich für alle Betroffenen unbewusst und wird nicht selten bereits in der kindlichen Erziehung der Mädchen angelegt bzw. aus der Tradition der Mütter intuitiv übernommen. Die besonderen weiblichen Potentiale und Stärken, wie z.B. das ganzheitliche, systematische Denken und Fühlen werden von der Gesellschaft in Alltag und Beruf wenig honoriert. Selbst in den Familien als Partnerin und Mutter, wo Frauen ihre Weiblichkeit und femininen Stärken einsetzen können, werden ihre natürlichen Talente und auch ihre Leistungen oft nicht gewürdigt.

Angekratztes Selbstwertgefühl

Das Selbstwertgefühl bekommt so schon in der Kindheit Schrammen und Kratzer, die sich dann durch das ganze Leben der Frauen fortsetzen. Die Folge sind Kompensationsmechanismen, die wiederum männlich geprägt sind. Auch die zur Schau getragene Stärke der Frauen ist oft eine Fassade. Sie fühlen sich trotz guter Leistungen, Aussehen, Beliebtheit und Anerkennung dennoch schwach und verletztlich. Das Unbewusste vieler Frauen ruft dann: „Du kannst das nicht, du bist das nicht wert!“

Führungskraft Frau

Die Folgen solcher Selbstabwertung sind gerade für Frauen, die mitten im Leben stehen, Blockaden und Selbst-Sabotageprogramme. Dies haben Gisa Börschel, Business Coach und systemische Beraterin, und Dr. Leopold K. Fara, Wirtschaftspsychologe und Hypnose-Coach, zum Anlass genommen, ein umfangreiches Programm anzulegen. Auf Mallorca bieten sie schwerpunktmäßig Intensiv-Wochenend-Coachings in kleinen Gruppen sowie Einzel- und Hypnose-Coachings für Frauen an. Dabei geht es darum, nicht männliche Führungssysteme auf Frauen zu übertragen, sondern die Frau als Individuum und Führungskraft zu erkennen und zu entwickeln. Es gilt die typischen tradierten weiblichen Fähigkeiten aus der Familie in den Beruf, in das Management und die Führungsaufgabe zu übertragen. Ebenso werden weitere typische weibliche Eigenschaften wie Empathie und Serviceverhalten auf eine der Aufgabe angemessene Gestaltung angepasst.

Verschiedene Methoden

Der Methodenkoffer ist sehr vielseitig gefüllt. So setzt das Coaching Team u.a. auf Hypnose-Coaching, Wingwave-Coaching, Psychodrama, Protagonistenarbeit und Soziometrie, Entspannungstechniken, Einzel- und Gruppensitzungen, (Familien)-Aufstellungen, Meditative Spaziergänge, Gruppensitzungen sowie Lernpartnerschaften. So werden mentale Selbst-Sabotageprogramme vieler Frauen erkannt und gelöst, die Willenskraft kann gestärkt und die Angst vor Fehlern und Kritik abgebaut werden.

Mutbremse und Mutausbruch

Viele Ängste, die in Kindheitsprägungen begründet sind, und über das Unbewusste jahrzehntelang wirken, können in der Tiefenhypnose erkannt und oft vollständig abgebaut werden. Die angestammte Mutbremse, die wie eine mentale Handbremse im Kopf wirkt, verliert ihre Wirkung. Frauen, die diese Seminare besuchen, haben nicht selten daraufhin einen universellen und klärenden „Mutausbruch“ durch neu gewonnenes Selbstvertrauen und ein realistisches Selbstwertgefühl. Über die sehr beliebten Entspannungsübungen und Meditation wird Alltagsstress abgebaut und der femininen Perfektionismusfalle wird Leichtigkeit auch als Burnout-Prävention entgegengesetzt.

Das gesunde Nein

Viele der Teilnehmerinnen lernen in diesem alltagsentzückten, angenehmen Ambiente einer idyllischen mallorquinischen Finca sich abzugrenzen und ein klares, gesundes „Nein“ zu sagen, denn das ist nicht egoistisch, sondern wertschätzend für beide Seiten. Die Kraft der tieferen Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit mit sich selbst und anderen öffnet Wege zu neuer Zufriedenheit. Das Motto von Gisa Börschel „Be yourself, strong and beautiful“ beschreibt den Weg zum Glanz des inneren Diamanten.

Mehr Informationen zu den Seminaren und Coachings erhalten Sie unter www.tree-consulting.com und www.gisa-boerschel.com

Dr. Leopold K. Fara



Clínica Dental Deutscher Zahnarzt

PETER ERDMANN

Tel. 971 490 225 - EPA@gmx.net
C/. Marbella, 22 - Playa de Palma
(zwischen Balneario 11 u. 12 auf der Galerie)

- ✓ Schmerztherapie
- ✓ Kronen und Zahnersatz
- ✓ Ästhetische Füllungen
- ✓ Prophylaxe
- ✓ Zahnreinigung
- ✓ Eigenes zahntechnisches Labor in der Praxis

Sprechstunden:

Montag - Freitag
Samstag + Sonntag

09.00 - 18.00 h
Notdienst