



**gottfried hoffmann**  
stimme · wahrnehmung · klang

Wahrnehmung verfeinern und achtsam handeln

20./21. November 2015

# Das Seminar zum Buch

1 ½ Tage für Ihre Zukunft

für alle, die

- viel öffentlich reden
- sich im Beruflichen wie im Privaten mehr Klarheit wünschen
- kreativ arbeiten
- ihre Beziehungen im professionellen und privaten Bereich besser gestalten möchten

[www.wahrnehmung-verfeinern.de](http://www.wahrnehmung-verfeinern.de)



## Der Idealzustand...

Ruhig und geordnet durchs berufliche wie private Leben zu gehen, die wichtigen Entscheidungen aus der inneren Klarheit heraus zu treffen, souverän und gelassen vor Menschen zu treten, vor Lebenslust zu sprühen – so wäre es ideal.

Aber die Welt sieht anders aus. Mit wie vielen ausgeklügelten Reizen wird versucht, uns emotional zu beeinflussen, zu verängstigen oder zu verführen. Mit wie viel Unechtem und Verfälschtem müssen sich unsere Sinne beschäftigen! Wie können wir dabei in unserer Mitte bleiben!?!

## Was Sie jetzt tun können

Sie können als erstes ganz bewusst mit mehr Achtsamkeit Ihre Sinne verwenden. Sie können in praktischen Übungen erfahren, wie Sie in einfachen Schritten die Sinne verfeinern und die darüber hinausgehende Empfindsamkeit und Feinfühligkeit verbessern können.

Im zweiten Schritt beschäftigen Sie sich mit Ihrem Denken, Ihren Wünschen und Zielen. Sehr konkret wird angeschaut, welche Einflüsse und Energien es immer wieder schaffen, uns aus unserer Mitte und unserer Gelassenheit heraus zu katapultieren. Sie werden lernen, diese Einflüsse wahrzunehmen, sie zu erkennen und mit ihnen umzugehen. Und Sie werden lernen, ordnende Prozesse zu unterstützen. Theoretische Konzepte wie Kommunikationstheorien helfen dabei.

## Mehr Klarheit für verbesserte Kommunikation

Sie werden erleben, dass sich der Kontakt zu Ihnen selbst verbessert, dass Sie mehr in sich ruhen, die innere Stimme feiner wahrnehmen. Sie werden achtsamer, empfindsamer, können die alltäglichen Ereignisse und ihre Wirkungen im Zwischenmenschlichen genauer wahrnehmen und einordnen. Sie werden für Ihr eigenes Wohlergehen besser sorgen können und stehen geordneter und klarer mitten im Leben. Und Sie werden schließlich eine gesteigerte Präsenz und Lebensfreude empfinden, was Ihre Kommunikation positiv beeinflusst. Und das erleben Ihre Gesprächspartner.

---

### *Termin*

20. /21. November 2015

### *Zeiten*

Freitag 17:30 – 21:00

Samstag 09:30 – 18:00

### *Leitung*

Gottfried Hoffmann

6 – 10 Teilnehmer

### *Investition*

€ 190,- (mit Partner € 360,-)

**Bei Buchung bis 09.10.15 € 170,- (€ 320,-)**

Sonderpreis für Studenten und Menschen ohne Einkommen, bitte sprechen Sie mich an

### *Anmeldung und weitere Information*

Studio **stimme wahrnehmung klang**

Dr.-Enders-Str. 57, 95030 Hof

01751572289

[seminare@wahrnehmung-verfeinern.de](mailto:seminare@wahrnehmung-verfeinern.de)

[www.wahrnehmung-verfeinern.de](http://www.wahrnehmung-verfeinern.de)