



Selbstbewusst 'Nein'

WIE DU IN 7 TAGEN MIT GUTEM GEWISSEN
'NEIN' SAGEN KANNST.

Ein Online-Kurs von Jasmin C. Hof

SELBSTBEWUSST

Nein

Tag 1

Verstehe, wie ein schlechtes Gewissen entsteht und wie du dich davon lösen kannst.

Tag 2

Erkenne deine eigenen Bedürfnisse und lerne dafür einzustehen, ohne anderen etwas wegzunehmen.

Tag 3

Lerne deine Bedürfnisse zu kommunizieren, sodass sie auch gehört werden.

Tag 4

Tauche ein in die Welt der Gefühle und erkenne, was diese mit deinen (unerfüllten) Bedürfnissen zu tun haben.

SELBSTBEWUSST

Nein

Tag 5

Lerne, wie du mit Vorwürfen und Kritik umgehen kannst.

Tag 6

Entdecke deine Blockaden und löse dich von Ihnen.

Tag 7

Zusammenfassung - alles nochmals in der Übersicht, so dass du alles nochmals vertiefen und festigen kannst, damit es auch dem Alltag standhält.

SELBSTBEWUSST

Nein

online Kurs

7 Module täglichem Input und Aufgaben, damit du in deinem Tempo durch die Module gehen kannst.

Da es mir wichtig ist, dass meine Kundinnen auch wirklich eine Veränderung erleben und nicht nur einen Kurs kaufen, der dann schlummern in einem Postfach verstaubt, habe ich den Zugang auf 3 Wochen beschränkt. Dies hilft dabei, beim Prozess dran zu bleiben und ihn nicht auf die lange Bank zu schieben.

Voraussichtlicher Kursstart: 4. Februar 2024

SELBSTBEWUSST

Nein

Inklusive

Dieser Kurs beinhaltet:

- Videomaterial
- Bedürfnisspick
- Arbeits-/Transformationsblätter

Dein Investment

CHF 79.- Vorverkauf bis 31.12.2023

CHF 168.- Regulärer Preis ab 1.1.2024

SELBSTBEWUSST

Nein

Zahlung und weitere Infos

Gerne kannst du mit untenstehendem QR Code den Betrag von CHF 168.- überweisen und deinen Platz sichern.

Bitte beachte, dass der Zugang nur für eine Person ist. Ich werde keine Kontrollen durchführen, vertraue aber auf dein Fairness, denn mit dieser Arbeit verdiene ich meinen Lebensunterhalt.



SELBSTBEWUSST

Nein

Kontakt und weitere Schritte

Sollte jemals mit dem Kurs etwas nicht klappen oder unklar sein, kannst du mich gerne über beratung@jasminhof.ch erreichen.

Du wirst zum Kursstart hin deine Zugangsdaten per E-Mail erhalten.

Ich wünsche dir schon jetzt viel Vorfreude und dann eine wunderbare Transformation.

Alles Liebe
Jasmin