PERSONLIG UTVECKLING FÖR HÖGKÄNSLIGA

Ta din personliga utveckling till en ny nivå. Anmäl dig till utvecklingsprogrammet för högkänsliga.

-Vad vill du släppa taget om? -Vad vill du förändra?

Under **5 månader** kommer vi att följas åt genom samtal och övningar. Vi kommer att tillsammans kartlägga ditt nuläge och vilken som är din nya riktning i livet.
Vi kommer att titta på dina styrkor och hur du kan förstärka dem samt se över eventuella personliga utmaningar.
Vad tycker du är roligt och härligt och hur får du mer av det i ditt liv? Vad får dig att må bra?
Du får verktyg som fungerar specifikt för dig. Alla program är unika och jag anpassar materialet för just dig.
(Vi kan också lägga upp ett annat upplägg som passar just dig!).

Forskning har funnit att högkänsliga personer har större mottaglighet för acceptans, stöd och uppmuntran från omgivningen, så kallad ”vantage sensitivity” eller ”fördelskänslighet”. I och med det har vi också större utbyte av psykoterapi och bättre förutsättningar än de som inte är högkänsliga att skapa förändring i våra liv.

Är det dags att äntligen ta steget till förändring!
Jag ser fram emot vad vi tillsammans kan skapa!
Nyfiken? Hör av dig till mig så berättar jag mer:

Martina Hårdstål
Diplomerad högkänslighetsterapeut
och coach
Tel: 070-063 56 53
www.hogkanslighetscoachen.nu

Din investering: 2500kr/månad (totalt 10 enskilda samtal och individuellt material efter varje samtal ingår)

OBS! Medlemmar I SFH har 500kr i rabatt