

# AUFSCHIEBERITIS: Einfach ins TUN kommen

ein aktiver Mitmach-Workshop mit gehirngerechter Aktivierung unseres stärksten Unterstützers - dem Unterbewusstsein



Wer kennt das nicht, dass man etwas ungern tut, etwas aufschiebt?

Manches erledigt sich ja von selbst, wenn man sich nicht durch „vorausseilenden Gehorsam“ hervortut, oder? Dann hat man Zeit und Mühe gespart.

Auch hat es ja am Ende immer irgendwie „gereicht“ - stressig und nervig zwar, aber gereicht.

Wie wäre es, wenn man die Dinge rechtzeitig anpackt? Sich selbst motivieren kann? Man muss nicht alles „lieben“ was man tut, aber tun sollte man es. Mit weniger Hektik, schlechten Gefühlen und Stress!

Abgabetermine bei der Steuer, Arbeiten für das Studium, Vorbereitung von Präsentationen, Vorträgen, Ablage, Sport, Meditation, die Wäsche, Bügeln oder der Haushalt... das was nervt ist vielfältig und individuell sehr unterschiedlich.

Im Kurzvortrag werden die Zusammenhänge zwischen unserem Gehirn und der Neigung „aufzuschieben“ beleuchtet.

Anschließend haben Sie die Möglichkeit beim **Mitmach-Workshop** ihren ganz individuellen „Schweinehund“ aus der Lethargie zu befreien und in Bewegung zu setzen. Und das ohne großes Gequatsche. Kurzzeit-Coaching eben.

Wie das geht? Gehirngerecht!  
(Keine Hypnose oder Meditation)

Wir aktivieren Ihre unbewussten Emotionen im Gehirn als Unterstützer und lösen genau Ihre Blockade(n) auf.

**Lernen Sie eine Selbstcoaching-Übung kennen, die Sie gut auch in anderen Situationen für sich anwenden können.**

## Vortragende:

**Marianne Maindl, BA**

FreeWay Coaching und Consulting

Dipl. Gesundheitspädagogin

Work-Health-Balance-Coach, Business-Coach und Trainerin

Frau Maindl lebt in Wien und arbeitet hier (c/o Dr. Maindl Consulting, Veithgasse 4/4A in 1030 Wien) und am Firmensitz in Deutschland.

Sie schöpft aus ihrer umfangreichen Lebenserfahrung, sowohl im Businessbereich (u.a. 8 Jahre als Vorstand in einer AG tätig) als auch im Privaten, wie der Familie (3 Kinder und 2 Enkel), Patchwork und anderem.

Dabei verbindet sie, basierend auf dem wissenschaftlich fundierten wingwave®-Coaching, der Energiearbeit und BWL, professionelle und erfolgreiche Methoden mit viel Herz, Humor, Empathie und Verstand.



Diese Kurzzeit-Coaching-Konzepte stehen seit über 18 Jahren weltweit für Emotionale Balance auf der Basis eines neurobiologischen Ansatzes.

Lösen Sie ungeliebte Muster und Ängste sowie Frustrationen auf, steigern Sie ihre Leistungsfähigkeit, Leichtigkeit, Balance und Gelassenheit in stressigen Situationen und rufen diese punktgenau ab: mehr dazu in „Die Seelenflüsterer“ 1 - 6 auf YouTube oder unter [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

Die Erfahrung von etwa 3.000 wingwave®-Coaches weltweit zeigt, dass viele Themen mit 3 bis 5 Zeitstunden pro Thema gut zu coachen sind.

Frau Maindl bietet unter anderem:

- \* **Emotionale Entlastung** in Lebenskrisen für Frauen
- \* **Auflösung von transgenerationalen Mustern** und Blockaden (Heilung der inneren Familie bzw. Mutter-Tochter-Konflikt)
- \* **Lösung von isolierten Ängsten**, wie Zahnarztangst, Flugangst, Höhenangst, Spinnenangst
- \* **Entzauberung** von Euphoriehandlungen, wie Schokolade, Serienschauen und anderer übermäßiger Genuss
- \* **Auflösung von Stressimprintings** im Körper und Gehirn nach Unfällen (Auto, Sport, etc.), Verletzungen bzw. Operationen
- \* **Coaching für Leistungsträger** (Erhalt und Ausbau von Spitzenleistungen in den Bereichen Führung, Management oder Sport)
- \* **Ressourcen- bzw. Stärkecoaching** für mehr Leichtigkeit und Resilienz im Leben
- \* Authentizität, Klarheit und **Motivation durch Werte**

Setting:

Einzel-Beratung bzw. Einzel-Coaching im privaten und beruflichen Kontext  
Vorträge, Impuls-Workshops und Seminare

Kontakt:

*FreeWay Coaching und Consulting*

Frau Marianne Maindl

E-Mail: [maindl@freeway.coach](mailto:maindl@freeway.coach)

Telefon D: +49 6201 650 59 79

Telefon A: +43 680 3317717

Adresse: c/o Dr. Maindl Consulting | Veithgasse 4/4A | A-1030 Wien

Sitz: Bachgasse 90 | D-69502 Hemsbach