

## 7 TORE-EINZELTRAINING INTENSIV

### WARUM

Jeder Mensch trägt Fragen in sich, zu seinem Selbst und seinem Leben.

Im Alltag gehen diese oft unter. Aufgaben und Beziehungen fordern Sie heraus. Bedürfnisse und Erwartungen anderer lenken Ihr Tun. Die bewusste Entscheidung zum eigenen Leben rückt in den Hintergrund.

Viele spüren: So wie es ist, passt es nicht. Entscheidungen fallen schwer. Private wie berufliche Ziele erscheinen vage. Werte sind unklar oder werden übergangen. Die eigene Lebensaufgabe bleibt verborgen.

Das 7 Tore-Einzeltraining intensiv bringt Sie zurück zu sich selbst. Sie stehen im Fokus ihrer Aufmerksamkeit. Sie nehmen sich Zeit nur für sich. Sie schauen hin. Sie ordnen, was da ist. Schritt für Schritt entsteht ein klares Bild von ihrem weiteren Lebensweg.

Sie erkennen und erfahren, was Ihnen wichtig ist. Sie spüren, was Sie wirklich wollen. Und Sie verstehen, was Sie bisher zurückgehalten hat, Ihr eigenes Leben zu leben.

### WAS

- Der Fokus liegt auf Ihnen. Sie stehen im Mittelpunkt.
- Sie wollen sich neu ausrichten. Sie wollen wissen, was für Sie zählt.
- Ihre Erfahrungen, Ressourcen und Stärken, Ihre Werte und Ihre inneren Bilder werden bewusst erkannt und spürbar.
- Sie gehen durch sieben Tore. Sie reflektieren, ordnen und entscheiden. Sie klären Ziele, Werte und Ihre nächsten Schritte.
- Hindernisse werden überwunden. Unklare Ziele, innere Spannungen, fehlende Richtung sind Vergangenheit.

### WIE

- Sie durchlaufen sieben Tore als sieben aufeinander aufbauende Übungen.
- Sie reflektieren Ihre Lebenszeit, Ihre Lebenskraft, Ihre Lebenswerte, Ihre Lebensziele.
- Sie arbeiten mit eigenen Erfahrungen und inneren Bildern.
- Sie erkennen Muster und lösen innere Blockaden.
- Sie treffen klare Entscheidungen.
- Sie entwickeln konkrete nächste Schritte.

## IHR NUTZEN

Das 7 Tore-Einzeltraining intensiv unterstützt Sie, Ihren Blick neu auszurichten.  
Sie richten den Fokus bewusst auf sich selbst.

Sie gewinnen Klarheit über Ihr Leben und treffen Entscheidungen, die zu Ihnen passen.  
Sie gehen Ihren Weg mit Ruhe und Sicherheit weiter.

## WER BEGLEITET SIE DURCH IHRE 7 TORE IM IFUB-TEAM



v.l.n.r.:

Tina Nirtl  
Katrín Walch  
Reinhard Prenn  
Manuela Mätzener  
Siegfried Melcher  
Carola Kohler

## KONTAKT IFUB GMBH

Dr. Manuela Mätzener

Anton-Fahrner-Gasse 3/14  
3250 Wieselburg

Mobil: +43 676 95 84 116

E-Mail: [manuela.maetzener@ifub.at](mailto:manuela.maetzener@ifub.at)

Web: [www.ifub.at](http://www.ifub.at)

