

Pressemitteilung

Hamburg, 18.06.2019

Learn To Be Happy: Kompetenzentwicklung zur Gesundheitsprävention

Daniela von Melle bietet Seminare und Workshops zum Thema Achtsamkeitstraining, Burnout Beratung, Stressmanagement, analytische Kinesiologie, sowie Coaching mit Fjordpferden an.

Learn To Be Happy – Stärken, Potentiale und Möglichkeiten entdecken: Unter diesem Motto bietet die Hamburgerin Daniela von Melle ein vielfältiges Seminar- und Workshop-Programm zur Persönlichkeitsentwicklung an.

Der Titel des zweitägigen Achtsamkeits-Trainings lautet „Be present – ganz entspannt im Hier und Jetzt“.

Im zweitägigen Stressmanagement-Seminar heißt das Thema „Cool down – kein Stress mit dem Stress“.

In der Burn-out-Prävention setzt von Melle auf „Vorbeugen ist besser als Heilen“.

Analytische Kinesiologie ist die sensible Anwendung des Muskeltests nach Dr. Christa Keding, der Stressoren sichtbar macht. Hierzu bietet von Melle eine zweitägige Ausbildung an, in der die Anwendung des kinesiologischen Muskeltest zur Äthiodiagnostik erlernt wird.

Ein besonderes Highlight in von Melles Programm ist das Coaching mit Fjordpferden:

Ein pferdegestütztes Coaching mit den Schwerpunkten Persönlichkeitsentwicklung, Selbstwirksamkeit, Sozialkompetenz, Führungsqualität, Kommunikationsfähigkeit, Außenwirkung und Resilienz.

Das Pferd als Fluchttier besitzt eine sehr feine Wahrnehmung – es lebt ausschließlich in der Gegenwart. Mit seiner Sensorik nimmt es jede Nuance des menschlichen Ausdrucks wahr und reagiert darauf. Damit eignet es sich optimal als Sparringspartner, wenn der Mensch eine urteilsfreie, deutliche Antwort auf seine persönliche Wirkung haben möchte.

.../

.../

Ob als Co-Trainer in Führungsfragen oder als achtsamer Begleiter im Stressmanagement – hier bekommt man ehrliche Antworten. Sind die Menschen bei sich und präsent in der Aufgabe – wird es auch das Pferd sein. Einfache Wahrnehmungs- und Bodenübungen mit dem Pferd sind ein beeindruckendes Tool, um nachhaltige, fördernde Erfahrungen zu machen, etwas über persönliche Stressoren zu erkennen und diese Erfahrungen später im Alltag abrufen zu können.

Von Melles Fjordpferde sind durch jahrelange, qualifizierte Ausbildung freundlich, aufgeschlossen und begeistert bei der Sache. Sie nehmen ihre "Arbeit" als Trainer ernst, sind aber auch immer für einen Spaß zu haben.

Von Melle richtet sich mit ihrem Coaching-Angebot sowohl an interessierte Privatpersonen, wie auch an Firmen, Führungskräfte und Personalentwickler.

ZITAT

„Zeit, zu sich selbst zu kommen, bedeutet auch, in Möglichkeiten zu denken. Persönlichkeitsentwicklung basiert auf geistiger, mentaler und emotionaler Flexibilität. Außerdem braucht man Mut, Einsicht, Bereitschaft und den Willen zur persönlichen Veränderung“, so von Melle.

Daniela von Melle, geboren 1963 in Hamburg, hat umfangreiche Aus- und Fortbildungen absolviert in den Bereichen Systemisches Coaching, transpersonale Psychologie, analytische und psychologische Kinesiologie, Persönlichkeitsentwicklung, Training für Achtsamkeit, Stressmanagement, progressive Muskelentspannung & Meditation, sowie Burn-out-Prävention.



Weitere Informationen und Termine unter

www.danielavonmelle.de

Sievershüttener Str. 9
24629 Kisdorf
04194 / 351 99 00
info@danielavonmelle.de