

## Scheiter- und Verhaltensmuster erkennen

Das Leben wieder genießen!

In diesem außergewöhnlichen Seminar spielt Frank Astor als Einstieg sein bewährtes Seminar-Kabarett „20 Methoden, sein Leben zu verplempern“, in dem er die Mechanismen des „Inneren Schweinehundes“ auf humorvolle Weise vor Augen führt.

Durch den humorvollen Einstieg mit diesem speziellen Seminar-Kabarettprogramm entsteht eine lockere Atmo-

sphäre, in der Sie auf unkonventionelle Weise die eigenen Verhaltens- und Scheitermuster untersuchen können! Denn das Leben ist einfach zu kurz, um es unbewusst zu verplempern!

### 1. Was nehmen Sie mit?

- Humorvolle Selbstbespiegelung durch das Seminarkabarett „20 Methoden, sein Leben zu verplempern!“
- Klarheit über Ihre unproduktiven Verhaltensmuster.
- Bewusstheit entwickeln für Genuss, Freude und Ihr persönliches Glück.

### 2. Verantwortung übernehmen und das Leben gezielt steuern

- Dem „inneren Schweinhund“ auf die Schliche kommen.
- Diesen im Theaterspiel spielerisch entlarven.
- Und transformieren!

### 3. Das Beste zum Schluss – Ausklang

- Entdeckungsreise zur „inneren Schatztruhe“
- Persönliches Gedicht oder Song, in dem ein Anker für die erfolgreiche Umsetzung des Erlebten geschaffen wird.

### Der Trainer

Frank Astor ist seit über 25 Jahren als Schauspieler, Kabarettist, Regisseur, Coach und Trainer für Führungskräfte tätig.

