

MYINNERFRIENDS

Din individuella kortlek

DIN PERSONLIGA KORTLEK

I ett individuellt samtal hjälper Karin Wennerholm, skaparen av MyInnerFriends, dig att utforska dina MyInnerFriends - de inre delar som påverkar hur du tänker, känner och agerar i olika situationer.

Genom frågor, reflektion och dialog hjälper Karin dig att upptäcka både de drivkrafter du redan känner igen och de mönster som kan vara svårare att se på egen hand. Tillsammans skapar ni en helhetsbild av hur dina olika MyInnerFriends samspelar, stöttar dig och ibland också sätter hinder i vägen.

Utifrån samtalet illustrerar Karin en personlig kortlek med 6-8 unika MyInnerFriends. Varje karaktär beskriver en del av dig - med sina styrkor, sina utmaningar och sina behov. Kortleken blir ett konkret och kreativt verktyg som du kan återvända till om och om igen. Den hjälper dig att förstå dina reaktioner, fatta mer medvetna beslut och utveckla ett mer omtänksamt förhållningssätt - både till dig själv och till andra .

Varje kortlek illustreras personligen av Karin och är unik för den person som den skapas tillsammans med.

PRIS

Personlig MyInnerFriends-kortlek

Grundpris 5.000 kr inkl. moms

- ✓ Individuellt samtal (Ca 1,5 tim)
- ✓ Personligt illustrerad MyInnerFriends-kortlek
- ✓ Övningar för fortsatt utveckling

Vid fler än en persons kortlek offereras flerrabatt.



FORTSATT PERSONLIG UTVECKLING

Om du vill fortsätta din utvecklingsresa kan du boka uppföljande samtal med Sara Möttus, certifierad coach.

Med utgångspunkt i dina MyInnerFriends arbetar ni vidare mot dina mål och utforskar hur dina inre drivkrafter kan bli en resurs i vardagen.

Tid: 1 timme

Pris: 1 200 kr inkl. moms

