



# EXPAND THE BOX

Ein Training, in dem du mehr du selbst wirst und deinen Handlungsspielraum exponentiell erweiterst.

**22. – 25. Februar 2024**

mit Gero von Aderkas & Tanja Gerold  
im Kieselhof, Murrhardt



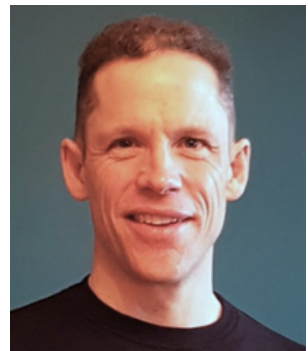
**Kennst du es**, dass sich ähnliche Muster oder Situation in deinem Leben mit gewisser Regelmäßigkeit wiederholen? Wie Konflikte ablaufen, Beziehungen enden, Projekte versanden, dass du dich unverstanden, frustriert oder ohnmächtig erlebst? Oder dass du den Eindruck hast, mit angezogener Handbremse unterwegs zu sein und nur einen Bruchteil deines Potenzials zu leben? Vielleicht hast du schon einiges versucht, um das zu verändern, aber nichts davon greift so richtig?

**Das Expand the Box Training (ETB)** ist für alle, die WIRKLICH an echter, nachhaltiger Veränderung interessiert sind. ETB ist das Kernttraining von Possibility Management und eine erste Initiation ins Erwachsensein. Erwachsen sein bedeutet, deine eigene Autorität zu sein und in der Kraft und Klarheit deiner wahren Berufung zu stehen. Es bedeutet, „rote Knöpfe“ abzubauen, sodass sie nicht mehr gedrückt werden können. Und es bedeutet, in einem authentischen Kontakt mit dir selbst und anderen zu sein und die Weisheit deiner Gefühle bewusst zu nutzen, statt dich von ihnen blockieren zu lassen.

**In diesem intensiven Training** lernst du eine Vielfalt an alltagstauglichen Werkzeugen, um dein Leben auf allen Ebenen authentischer zu gestalten und eine neue, bewusste und verantwortliche Kultur in die Welt zu bringen.

### **Im ETB lernst du unter anderem:**

- deine Selbstwahrnehmung und Präsenz im intellektuellen, physischen, emotionalen und energetischen Körper zu vertiefen
- deine Taubheitsschwelle herunterzufahren, um die Kraft deiner Gefühle freizusetzen und sie verantwortlich zu nutzen
- zentriert zu sein und zu bleiben
- limitierende Muster und Glaubenssätze zu verändern
- deinen eigenen Schatten kennen als ersten Schritt zur Integration
- in Verbindung zu bleiben, statt an den Haken zu gehen – auch in emotional geladenen Momenten
- mit Herausforderungen und Konflikten nichtlinear umzugehen
- Kollaboration und Co-Kreation mit anderen zu gestalten
- dich mit deinem Wesen zu verbinden und das Wesen anderer zu sehen



**Weitere Infos findest du unter: [possibilitymanagement.org](https://possibilitymanagement.org)**

**22. – 25. Februar 2024 · Do. 18 Uhr – So. 17:30 Uhr · Kieselhof, Murrhardt**

**Trainingsgebühr: in deinem eigenen Ermessen zwischen 650 – 950 €**

**Unterkunft & Verpflegung: 3x Ü+VP für insgesamt 180 – 285 € (je nach Zimmerwunsch)**

**Anmeldung: [tanja.gerold@gmx.de](mailto:tanja.gerold@gmx.de) / +49 152 3688 4799**