

Selbstwert

Den eigenen Wert erkennen

Mit dem Wert, den wir uns selbst geben und anerkennen oder entziehen, entscheiden sich nicht nur berufliche Wege und Optionen, sondern auch im Privaten erfordert es ein gewisses inneres Maß, um die eigene Größe zu entfalten und zu behaupten.

Viele Menschen geben diese Form der Anerkennung allerdings nach außen ab, in fremde Hände. Sie machen sich abhängig von der Akzeptanz und der Bewertung durch andere. Wie kann ich es schaffen, mich selbst anzuerkennen, mich selbst mit allen Schwächen zu mögen und auch mit mir selbst respektvoll und einführend umzugehen? Wie stelle ich meinen eigenen Wert wieder her, wenn er durch Gewalt, Ausgrenzung und Diskriminierung jeglicher Art und Weise beschädigt wurde?

Jede Frau kann lernen, mit sich selbst befreundet zu sein. Die Überzeugung, für sich selbst einzustehen, ist die Grundlage, auch in stürmischen Zeiten stabil zu bleiben.

Referentin:

Britta Ellger-Lehr, NLP Master, Dipl. Gesundheits- und Mentalberaterin,
Fitnesstrainerin, Psychotherapeutin gemäß HPG, Bickenbach

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 30 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6-7
Zeitstunden oder einen Workshop mit 3-4 Zeitstunden

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Beamer, Leinwand, HDMI-Kabel, Flipchart, Stühle und Tische in U-Form

Maximale Entfernung:

100 km ab Bickenbach