

Single (L)eben

Von der Lust des Alleinseins

Nicht immer und grundsätzlich fühlt „frau“ sich als Single vollständig und glücklich. Innere wie äußere Einflussfaktoren begünstigen das Hadern mit der gewordenen Alltagsrealität: Da ist vielleicht noch immer der Wunsch nach einer Partnerschaft, das Zweifeln an sich selbst oder das erschwerte Wohlfühlen bei gesellschaftlichen Anlässen, wenn man wieder mal alleine den Raum betritt. Freundschaftlich vorgetragene Vor(ur)teile wie „du musst dich mit niemandem abstimmen“ und „du kannst mit deinem Geld machen was du willst“ hinterlassen einen zwiespältigen Eindruck.

Dabei könnte alles so schön sein, oder?

Inhalte:

- Einsam oder allein: Auf welchem Weg bin ich unterwegs/will ich zukünftig unterwegs sein?
- Was kann ich tun, um gelassener mit den kleineren und größeren Alltagsschwierigkeiten umzugehen?
- Wie lässt sich (dauerhaft) ein Blickwinkel einnehmen, der ermutigt und nachhaltig stärkt, ohne Realitäten zu verleugnen?

Referentin:

Britta Pütz, Coachart, Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung & Coach (FH), Darmstadt

Hinweis:

Es handelt sich um ein Tagesseminar mit 6 - 7 Stunden n.

Maximale Teilnehmerinnenzahl:

Mindestens 6 bis maximal 14 Teilnehmerinnen

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung :

Flipchart mit Papier, Moderationskoffer, 2-3 Metaplanwände, Stühle im Stuhlkreis mit Tischen am Rand

Maximale Entfernung:

ca. 50km ab Darmstadt