

Auf innerer Spurensuche in Zeiten des Wandels

Von Unsicherheit und Selbst-Sicherheit



In Zeiten immer schnelleren Wandels erleben wir Veränderungen. Diese werden oft von Gefühlen der Unsicherheit begleitet. Wie wird es mir ergehen? Aufkommende Zweifel wirken sich auf unsere Selbst-Sicherheit und unser Wohlbefinden aus. Und doch ist die Unsicherheit für uns wertvoll, ist sie doch auch ein Indikator, wie es uns in dieser Situation gerade geht.

In dieser mehrstufigen Seminar-Reihe erleben und erfahren wir verschiedene Aspekte von Unsicherheit und Selbst-Sicherheit. Wir nehmen Kontakt auf mit unseren Gefühlen, lernen sie kennen, lauschen unseren inneren Botschaften, sortieren sie für uns ein. Unsere Ressourcen unterstützen uns dabei. Eine geschlossene, konstante Gruppe, über die Seminar-Dauer hinweg, schafft dabei einen sicheren Rahmen.

Termine:

Freitag, der 27.09. von 17 Uhr bis 19 Uhr

Freitag, der 11.10. von 17 Uhr bis 19 Uhr

Montag, der 28.10. von 17 Uhr bis 19 Uhr

Freitag, der 08.11. von 17 Uhr bis 19 Uhr

Freitag, der 22.11. von 17 Uhr bis 19 Uhr

Ort:

Naturheilpraxis Bechert & Partner, Hofmannstr. 21, 91052 Erlangen

Leitung:

Heike Graf, Gestalt Beratung

Anmeldung:

per Mail an info@heike-graf.de oder telefonisch 0178 1388137

Gebühr:

120,- Euro

Teilnehmer:

6 bis max. 12 Personen