



Du bist
SUPER!

Glaubst du nicht (so ganz)?

Dann komm in unseren zweitägigen Trainingskurs "Selbstwertgefühl steigern"



Thomas
Lorenzen

06.11.22
und
11.12.22



Dr. Daniel
Masch

Selbstwertgefühl lässt uns konstruktiv aus Konflikten hervorgehen, hilft in Krisen und macht uns sympathisch, interessant und glücklich. Sich selbst positiv zu bewerten und den eigenen Selbstwert zu kennen ist erlernbar.

Schwerpunkte:

- Entstehung und Inhalt des eigenen Selbstwertgefühls
- Individuelle Ressourcen und Selbstwertgefühl ausbauen
- Gelassenheit in Konflikten und bei Stress
- Souveränität nach außen sichtbar machen

Rahmendaten

Zwei Trainingstage (06.11. + 11.12. je 10-18 Uhr) und umfangreiche Kursunterlagen für 300€ in Volksdorf, Kattjahren 8, 22359 Hamburg.

kontakt@mediationimnorden.de