



Exklusiv für Frauen: Trau Dich, Frau!

Ist es Ihnen eher unangenehm, im Mittelpunkt zu stehen? Fällt es Ihnen leichter, über Schwächen zu reden als über Ihre Stärken? Trauen Sie sich manchmal Dinge nicht zu und ärgern sich später, es doch nicht probiert zu haben? An diesem Wochenende geht es um den Glauben an sich selbst. Wir sprechen über „Trauen“ und „Selbst-Vertrauen“, über Fremd- und Eigenwahrnehmung. Wir stellen uns kleinen Mutproben, um neue Erfahrungen über uns selbst zu sammeln. In kreativen Übungen lernen wir, uns selbst mehr Stärke und Sicherheit zu geben. Alles, was Sie für diesen Kurs brauchen, ist Neugier und die Lust, die eigene Komfortzone mal zu verlassen.

Bitte mitbringen: Photo von sich selbst, Schreibzeug

Sibylle Staß, Integrativer Coach, Gestaltberaterin i.A., NLP-Master

Seminarzeiten: Samstag von 10-17 Uhr
Sonntag von 10-14 Uhr