

WORKSHOP

ERKENNE DICH SELBST

Was sind deine persönlichen Werte? Wieviel Platz haben deine Bedürfnisse im Leben? Welche Situationen in deinem Leben erfüllen dich mit Energie? Diese Fragen wirst du dir selbst innerhalb von 2 Tagen beantworten.

Wann hast du dich das letzte Mal selbst reflektiert? Es gibt Situationen da vernachlässigen wir regelmässig das Allerwichtigste - uns selbst! Keine Zeit, Kein Geld, keine Lust- die Liste der Ausreden ist lang. Aber es führt kein Weg daran vorbei, genauer hinzuschauen, seine persönlichen Muster zu erkennen, sich selbst durch Methoden zu analysieren und in einem weiteren Schritt nach Möglichkeiten etwas zu verändern.

2 Tage voller Tiefe, Reflektion und Verbundenheit.

Dauer & Gruppengrösse

2 Tage, max. 12 Teilnehmende



Ziele

- Du erkennst deine eigenen Muster und erarbeitest eine Standortbestimmung
- Du analysierst dich und dein Leben, wirst dir bewusst, was du alles erlebt und erfahren hast und welche Erfahrungen dich geprägt haben
- Du reflektierst dich selbst, deine Werte und die inneren Antreiber werden dir bewusst.



Zielgruppe

Jeder Mensch der sich reflektieren und entwickeln möchte. Für alle die in die Selbsterkenntnis, Selbstakzeptanz, Selbstveränderung eintauchen möchten.

Weitere Infos findest du
auf meiner Webseite!

