



Sylvia Klösel
Die Untergasse 18
OT Haarhausen
99334 Amt Wachsenburg
Tel.: 0 36 28 - 662 698
Fax: 0 36 28 - 662 699
Mobil: 01 57 - 30 89 42 27
Mail: sylvia-kloesel@t-online.de
Web: www.lfp-beratung.de



ANDERS LEBEN

Training



ANDERSLEBEN TRAINING

Workshops

Wozu?

Um ein aufrichtiges JA zu sich selbst, seinen Mitmenschen und seinen Lebensumständen zu finden.

WANN?

jeden 1. Mittwoch - in Erfurt
jeden 3. Samstag - in Haarhausen
jeden 4. Freitag - in Bad Blankenburg
Einzelworkshops nach Absprache

Was wird trainiert?

1. Eigene Gedanken – „Muskeln“

- ✓ Ich lerne neue Gedanken denken
- ✓ Ich lerne Situationen und Menschen anzunehmen wie sie sind
- ✓ Ich lerne mich selbst und mein Gegenüber besser zu verstehen
- ✓ Ich finde gute, tragfähige Lösungen

2. Eigene Gefühle – „Muskeln“

- ✓ Ich lerne mir zu glauben und mich ernst zu nehmen
- ✓ Ich lerne mich zu achten und wertzuschätzen
- ✓ Ich genieße mein Leben intensiver

3. Eigene AktivLeben – „Muskeln“

- ✓ Ich lerne zu leben, was mir entspricht
- ✓ Ich nutze meine Stärken optimal
- ✓ Ich finde meine Berufung

Was du brauchst um glücklich zu sein, hast du schon in dir! S. Klösel