

Wochenendseminar vom 18. bis 20.03.2022

Beginn: Freitag 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 10.02.2022

Veranstaltungsort: KSI in Siegburg

TN-Begrenzung: 15 Personen

Referentin: Susanne Kraus/ Kommunikationstrainerin/Coaching

Thema: „Nimm *dein* Leben in die Hand, denn es ist schließlich *dein* Leben!“

„Nimm dein Leben in die Hand – du bist der Kapitän in deinem Leben!“

Das bedeutet, Verantwortung für sich und sein Leben zu übernehmen und sich nicht als das Opfer anderer oder der Umstände anzusehen. Denn was wir erleben, ist sehr oft eine Folge unseres Handelns oder Nichthandelns – und um eine positive selbstbestimmende Lebenshaltung einnehmen zu können, ist es wichtig zu akzeptieren, dass wir bei allem, was uns widerfährt, auch immer unseren Teil dazu beitragen.

In diesem Seminar wollen wir uns mit folgenden Themen nähern:

- Was will ich und was will ich nicht (mehr)
- Klarheit über die eigenen Ziele gewinnen
- Deine ganz persönliche Version/Vision eines guten Lebens entdecken
- Reflektion persönlicher Einstellungen und Glaubensmuster sowie deren Wirkung auf unsere „Realität“
- Fremdbestimmung versus Selbstbestimmung (z.B. „nein“ ist ein ganzer Satz)
- Der „Handwerkskoffer“ für ein glückliches Leben

Vielleicht finden wir das Handwerkszeug für ein glückliches Leben. Doch glücklich sein bedeutet nicht, keine Probleme zu haben, sondern die Fähigkeit, mit ihnen umzugehen.