

## **Tagesseminar am 13.04.2024**

Von 10.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung bis: 07.03.2024

Veranstaltungsort: Köln Maternushaus

15 TN-Begrenzung

Referentin: Michaela Göddenhoff

Humanistische Gesprächstherapeutin

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Wanderführerin

### **Thema: „Mut zur Selbstverantwortung“**

Selbstverantwortung bedeutet, dass wir für unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen selbst verantwortlich sind. Wir treffen Entscheidungen, die unsere Zukunft beeinflussen und tragen die Konsequenzen für unser Handeln. Das kann manchmal unbequem sein, aber es ist eine notwendige Grundlage für ein erfülltes und erfolgreiches Leben.

In der heutigen Welt, in der wir uns schnell an äußere Umstände anpassen müssen, ist es umso wichtiger, dass wir uns unserer Verantwortung bewusst sind. Wir können nicht die Schuld für alles, was in unserem Leben passiert, auf andere schieben oder uns als Opfer fühlen. Stattdessen sollten wir uns fragen, welche Handlungsmöglichkeiten wir haben und wie wir unsere Ziele erreichen können.

Dieses Seminar soll zeigen, wie wichtig die Übernahme von Selbstverantwortung ist, um ein selbstbestimmtes und im besten Fall glückliches Leben zu führen.

*„Verantwortlich ist man nicht nur für das, was man tut,  
sondern manchmal viel mehr für das, was man nicht tut.“*

*Laotse*

Ich freue mich auf euch.

Michaela Göddenhoff