



## Praxis-Workshop

Ein starkes **ICH** für mich und  
**ANDERE** in Balance

Hildegard Besser,  
Susanne Gorfer-Gäch

---

Achtsam mit seinem Leben umzugehen ist eine unserer größten Herausforderungen. Zu oft konzentrieren wir die Aufmerksamkeit auf unsere Kinder, Partner, Beruf... und das alles aus Liebe. Warum fällt es uns dann nur so schwer mit uns selber achtsam, respektvoll und liebevoll umzugehen?

Wäre es nicht ein wunderbares Ziel, das auch für uns selbst zu erreichen? In diesem Seminar erlernen Sie Techniken für sich selbst, die auch parallel eins zu eins für Ihre Klienten, Kinder, Partner .... umsetzbar sind.

So haben sie für sich ein kompaktes Seminar, dass ihnen hilft ihre Lebensqualität neu zu beleben, und für die Menschen, die Ihnen wichtig sind, können Sie diese wundervollen Techniken in den Praxisalltag mitnehmen.

### Inhalte:

- Analyse im Jetzt und Hier
- neue Wertigkeiten kreieren
- Wer bin ich? Wer bist Du? (Psychographie/ Typologie)
- kreative praktische Übungen für den Alltag
- Zielfokussierung

### Zielgruppe:

Alle, die für Ihr eigenes ICH neue Impulse möchten ...

### Seminargebühr/Veranstaltungsort/Termine

**250,-** Euro Seminar zuzüglich Verpflegung

Teilnehmerzahl: 8 - 16 Teilnehmer

Seminarbeginn: Sa. 24.10.2020 - So 25.10.2020 16 Uhr



### Info/ Anmeldung:

[kontakt@gorfer-psychotherapie.de](mailto:kontakt@gorfer-psychotherapie.de)

015141217012

Veranstaltungsort:

Haus InnHöhe, Köbingerbergstrasse 9, 83512 Wasserburg am Inn

[www.yogajuliajaeger.de](http://www.yogajuliajaeger.de)