



Das Kind in mir darf Heimat finden

Jeder Mensch sehnt sich danach, sich angenommen und geliebt zu fühlen. Im Idealfall entwickeln wir während unserer Kindheit das nötige Selbst- und Urvertrauen, das uns als Erwachsene durchs Leben trägt. Es gibt Situationen oder Lebensabschnitte, wo uns dieses Urvertrauen abhandenkommt. Wo wir uns verstricken in alte Muster, die eigentlich unnützlich und überflüssig sind. Wie kann ich mir selbst Urvertrauen schenken? Meinem inneren, vielleicht ängstlichen, verärgerten sich ungeliebt fühlenden Kind Empathie entgegenbringen? Frei und voller Vertrauen durchs Leben gehen?

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der **Transaktionsanalyse kennen** in Anlehnung an das Buch von Stefanie Stahl.

Daten Frühling 2020

27. April, 4. 11. 18. Mai 2020

Jeweils 8.30 bis 11.00 Uhr oder von 19.30 bis 22.00 Uhr

Leitung / Anmeldung

Helena Weingartner Brunner

Eidg. dipl. Psychosoziale Beraterin HF, Praktizierende Transaktionsanalytikerin Erwachsenebildnerin und Gordontrainerin.

Kosten

Fr. 200.- inkl. Kursunterlagen

