



Gelassenheit in unsicheren Zeiten

Wünschen Sie sich auch für Ihren Alltag und Beruf mehr Gelassenheit?

Kennen auch Sie Menschen, neben denen ein Blitz einschlagen könnte und die trotzdem nicht ihr Lächeln und ihre Ruhe verlieren würden? Menschen, die scheinbar kaum etwas erschüttern kann? Menschen, die selten in Hektik geraten und sich fast nie über etwas aufregen? Solche Menschen gehen souverän und entspannt mit Problemen um und strahlen eine innere Sicherheit aus. Was solche Menschen haben, ist etwas, was den meisten fehlt: Gelassenheit. Gelassenheit ist ein hohes Lebensgut. Menschen, die gelassen bleiben, lassen negativen Stress vor der Tür. Sie leben gesünder.

Wünschen auch Sie sich für Ihr Privat- und Berufsleben mehr Gelassenheit? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Denn auch Gelassenheit kann man lernen.

In diesem Kurs geht es vor allem um Lebensfertigkeiten und Grundeinstellungen. Schauen Sie doch mal genauer hin: Welche Einstellungen helfen oder hindern uns, mehr Gelassenheit zu erreichen?

Termine und Themen:

04. September 2017, 19.00 Uhr

In mir selbst zu Hause sein

Einführung in eine neue Art des Miteinanders

02. Oktober 2017, 19.00 Uhr

Von Beziehungsrasern – und Dränglern

Über Gier und Neid und das, was unser Leben wirklich braucht

06. November 2017, 19.00 Uhr

Mit meinen eigenen Grenzen leben

Grenzen erkennen und Raum schaffen zum Leben gestalten

04. Dezember 2017, 19.00 Uhr

Neue Einstellungen ausprobieren

Lebensfallen und wie wir aus ihnen entkommen können