

Mentaltraining

Dieses Seminar ist speziell auf die Verbindung zwischen Erwachsenen und Kindern ausgerichtet. Wir werden wirkungsvolle Entspannungstechniken erlernen, uns die eigenen Gefühle bewusst machen und ein gegenseitiges Verständnis für die Gefühle und Emotionen der Anderen entwickeln. Dadurch stärken wir die besondere Verbindung zwischen Eltern und Kind.

9-10 Uhr Ankunft

- Kennenlernen
- Familiäre Gefüge verstehen
- Ziele und Wünsche festhalten

10-12Uhr Innere Kraft

- Innerer Stärken erkennen und nutzen
- Entspannung und Gelassenheit in allen Situationen erleben können
- Innere Welten entdecken

13-15Uhr Emotionen

- Eigene Emotionen managen
- Emotionen in anderen Menschen verstehen und wertschätzen
- Durch erweiterte Wahrnehmung die Verbindung zum Kind stärken

Ab 15.30Uhr

- Innere Herausforderungen verstehen
- Individuelle Beratung und Platz für Fragen

Wann: 08. Februar 2020, ab 9Uhr

Wo: Pfarrhof Bergkirchen
Bergkirchener Str. 28
31556 Wölpinghausen

Für wen: Erwachsene mit Kind

Wie: Anmeldung bis Ende Januar an Info@Hypnosefrei.de

Gruppengröße: maximal 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Preis: 80€ pro Person inkl. Kaffee, Kuchen und Mittagessen