

Frauengruppe



Ich bin die Frau, die ich bin



Hast du dich schon mal gefragt:

Wer bin ich, wenn ich die Frau bin, die ich bin?

•

Die Auseinandersetzung mit unserer Herkunftsgeschichte hat den Sinn, zu verstehen wer wir sind und wie wir unsere Beziehungen zu anderen und zu uns selbst gestalten.

Im Hier und Jetzt versuchen wir heraus zu finden, ob ich als Frau meine Stärken und Ressourcen lebe? Was für ein persönliches Potential habe ich? Wie kann ich es erfassen, entwickeln und konstruktiv in mein aktuelles Leben integrieren? Was für einschränkende Lebens- und Verhaltensmuster bringe ich mit? Wie kann ich also als Frau Einfluss gewinnen auf die Gestaltung meines Lebens als die Frau, die ich auch wirklich bin?

Eine Frauengruppe für Frauen, die sich für ihr persönliches Wachstum und für Achtsamkeitsübungen interessieren.

•

Wir lernen aus der Vergangenheit, gestalten Lebensläufe

&

Bilden Perspektiven

•

Je klarer unsere Antworten auf diese Fragen werden, umso mehr aktivieren wir unsere Ressourcen, stärken unser Selbstwertgefühl, bauen Selbstvertrauen auf, erfahren Erfüllung und Liebe in unserem Leben

Jeweils Montag 14-täglich 19.00 – 21.00 h

Einstieg jederzeit möglich

Anmeldung unter Ida@core-praxis.ch oder Tel. 044 202 19 64

Weitere Infos über mich unter:

www.core-praxis.ch