

Workshop Grenzen setzen



Hast du in deinem Leben:

- Schwierigkeiten Nein zu sagen?
- Lässt Du Dich immer wieder von anderen ausnutzen?
- Fühlst Du Dich schuldig, wenn Du mal etwas ablehnst und verneinst?
- Gibt es Menschen in Deinem Leben, die Dich betrügen und belügen?
- Schiebst Du bei der Arbeit Überstunden ohne Ende?
- Arbeitskollegen wälzen unbeliebte Aufgaben an Dich ab?
- Bist Du nah eines Burnout?
- Gehört «Ja» sagen zu Deiner bevorzugten Verhaltensweise, weil Du Dich nach Harmonie sehnst?

Dann bist Du bei mir richtig. Gemeinsam erkunden wir, wo Deine Grenzen sind. Was sind Deine Grenzen? An diesem Workshop erfährst Du auf spielerische Art und Weise Dein inneres Halt, Stopp. Dabei wird Dir die Möglichkeit geboten, Deine Grenzen neu auszuloten und zu stecken.

Dabei lernst Du, wie Du fair, aber bestimmt Nein sagen kannst. Dadurch hast Du mehr Zeit für Dich in Deinem Leben. Du nimmst Dein Leben selbstbestimmt in die Hand. Mach jetzt den ersten Schritt zu einem erfüllten und zufriedenem Leben, Jetzt.

Daten 2023 Samstag 18. November 2023 13:00 – 17:00 Uhr

Adresse / Ort Praxis Sonnenweg, Hirschengraben 11, 6003 Luzern

Deine Investition: CHF 125.-

Kontaktiere mich für weitere Infos



Nadja Bösch
Mättliweg 5
6353 Weggis
+41 79 766 18 88
www.sonnenweg.ch
nadja@sonnenweg.ch

Ich erkläre mit meiner Unterschrift, dass ich die Anmeldebedingungen und den Haftungsausschluss zur Kenntnis genommen habe, damit einverstanden bin und voll und ganz anerkenne.