

hinter meinen Mustern

EIN ANGEBOT ZUR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

FRANZISKA RENNER
COACH UND BERATERIN IBP

HINTER MEINEN MUSTERN

EIN ANGEBOT ZUR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Wir alle tragen Prägungen und Verletzungen in uns. Das gehört zum Leben. Die Frage ist, wie wir Verständnis für uns und andere erlangen und liebevoll mit uns umgehen.

Nähe und Distanz sind die Grundthemen unseres Lebens. Du wirst mehr Einblick in diese Thematik erhalten und berührende Erfahrungen machen.

Du bestimmst mit, deine aktuellen Themen sind gefragt.

Kursinhalte

Anhand des IBP Persönlichkeits-Modells werden verschiedene Facetten des Lebens aufgezeigt und erlebt. Aktuelle Lebensthemen werden aufgegriffen. Du bist begleitet dich selber mehr zu erforschen und zu verstehen. Ressourcen werden gestärkt, neue Sichtweisen eröffnet. Du erlernst die Anwendung von Tools, die dich unterstützen. Dazu gehören körperliche wie mentale Übungen und gleichzeitig werden theoretische Hintergründe aufgezeigt.

Ziel

Die Stärkung auf körperlicher, emotionaler und kognitiver Ebene. Dies zeigt sich in einer guten Beziehungsfähigkeit und in einem guten Kontakt mit sich selbst, einer guten Selbstfürsorge und Selbstverantwortung.

Kursleitung: Franziska Renner
Coach und Beraterin IBP
Fachfrau Gesundheitsförderung und
Prävention

Kursort: Stadthausstrasse 6 6003 Luzern
3. Stock

Kurs-Daten: 6 x 2 1/2 Std.: Jeweils montags
23. / 30. Oktober
06. / 13. / 20. / 27. November 2017

Zeit: 19.15 – 21.45 Uhr
Teilnehmerzahl: 4-8 Personen
Kosten: Fr. 400
Anmeldung: Tel. 076 303 77 81 oder Mail
info@franziskarenner.ch
Mitnehmen: Schreibzeug und Heft

HINTER MEINEN MUSTERN

EIN ANGEBOT ZUR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Wir alle tragen Prägungen und Verletzungen in uns. Das gehört zum Leben. Die Frage ist, wie wir Verständnis für uns und andere erlangen und liebevoll mit uns umgehen.

Nähe und Distanz sind die Grundthemen unseres Lebens. Du wirst mehr Einblick in diese Thematik erhalten und berührende Erfahrungen machen.

Du bestimmst mit, deine aktuellen Themen sind gefragt.

Kursinhalte

Anhand des IBP Persönlichkeits-Modells werden verschiedene Facetten des Lebens aufgezeigt und erlebt. Aktuelle Lebensthemen werden aufgegriffen. Du bist begleitet dich selber mehr zu erforschen und zu verstehen. Ressourcen werden gestärkt, neue Sichtweisen eröffnet. Du erlernst die Anwendung von Tools, die dich unterstützen. Dazu gehören körperliche wie mentale Übungen und gleichzeitig werden theoretische Hintergründe aufgezeigt.

Ziel

Die Stärkung auf körperlicher, emotionaler und kognitiver Ebene. Dies zeigt sich in einer guten Beziehungsfähigkeit und in einem guten Kontakt mit sich selbst, einer guten Selbstfürsorge und Selbstverantwortung.

Kursleitung: Franziska Renner
Coach und Beraterin IBP
Fachfrau Gesundheitsförderung und
Prävention

Kursort: Stadthausstrasse 6 6003 Luzern
3. Stock

Kurs-Daten: 6 x 2 1/2 Std.: Jeweils montags
23. / 30. Oktober
06. / 13. / 20. / 27. November 2017

Zeit: 19.30 – 21.30 Uhr
Teilnehmerzahl: 4-8 Personen
Kosten: Fr. 400
Anmeldung: Tel. 076 303 77 81 oder Mail
info@franziskarenner.ch
Mitnehmen: Schreibzeug und Heft