



Respekt, Madame!

Workshop für Frauen

Selbstbild
Selbstwert
Selbstvertrauen

Selbstbild und Selbstwert stehen in engem Zusammenhang. Zum Teil sind sie von der Anerkennung anderer und äußeren Erfolgen abhängig. Andere Einflüsse sind unbewusst, stammen aus dem

gesellschaftlichen und familiären Umfeld und kultureller Prägung. Sie bestimmen die Vorstellung vom eigenen Wesen, seinen Eigenschaften und Fähigkeiten, und die Einstellung zur eigenen Persönlichkeit.

Wie nehme ich mich wahr?

Was beeinflusst mich?

Wer will ich sein?

Der Workshop gibt Impulse, um diese Fragen mit allen Sinnen zu erforschen, Klarheit zu gewinnen und die eigenen Ressourcen wieder zu entdecken. Die Kraft der Bewegung, fokussierte Wahrnehmung, Imagination und Spiel kreieren ein authentisches Selbstbild mit der Freiheit, sich immer wieder neu zu definieren.

15./16.Oktober 2016 10-18 Uhr

Ort: Im Hinterhaus, Schottenfeldgasse 12, 1070 Wien

€ 250,- | **Anmeldung:** info@innenwelten.at & 0043 699/19248961

innenwelten

arbeitet mit dem Körper und der bewussten Interaktion von Spuren, Fühlen und Denken. innenwelten schult die Intuition und ist integratives Bewusstseinstaining.

Eva Guthann

praktiziert körperorientierte Persönlichkeitsentwicklung, Shiatsu und Faszienarbeit. Sie hält Workshops zu den Themen Selbstbild & Selbstwert, Empathie & Körpersprache, Archetypen als Ressourcen und Gesundheit & Lebensfreude.