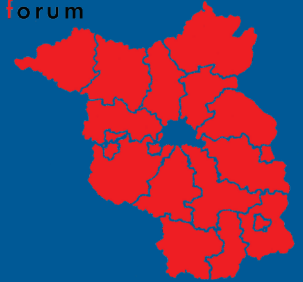




kommunalpolitisches
forum



Land Brandenburg e.V.

Selbststärkung und Selbstmotivation

Teil II 19. Juni 2022 · 10-18 Uhr

Esperanto-Bahnhof Halbe

Der Kurs dient der Stärkung der persönlichen Fähigkeiten zur Durchsetzung eigener Ziele, aber auch der Entwicklung von Selbststärke bei der Präsentation in der Öffentlichkeit, bei Veranstaltungen o.ä.

Wie kann ich mich immer wieder selbst motivieren?

Wie bewahre ich Geduld und Ausdauer?

Wie gehe ich damit um, wenn ich selbst in eine Krise gerate?

In diesem spielerischen Praxisseminar werden wir in vielen Selbstcoaching-Übungen Methoden zur Selbststärkung und psychischen Aktivierung kennenlernen und erarbeiten

Aktionsformen: Rollenspiele, Sprechakte, Sprechübungen usw.



Unser Trainer Matthias Müller-Wurbs
ist freiberuflicher Schauspieler, Systemischer Coach & Aufsteller,
Kreativ-Therapeut, Schauspielregisseur und -pädagoge

Anmeldung für das Seminar am 19. Juni 2022 an die Geschäftsstelle
oder direkt an Jens Wollenberg 033762 91786 E-Mail: deruhu.wollenberg@aol.de

Name

Vorname

Straße

PLZ und Ort

E-Mail

Esperanto-Bahnhof Halbe - Esperanto-Stacio
Bahnhofstraße 30, 15757 Halbe

Kontakt: Telefon: 03338-45 92 93/ 94

e-mail: kf-land-brandenburg-ev@gmx.de

“kommunalpolitisches forum Land Brandenburg” e.V. Geschäftsstelle: Heinersdorfer Str. 8 16321 Bernau