

Renata Štěpánová pořádá:

Cesta k SEBELÁSCĚ



2 denní prožitkový seminář pro podporu SEBELÁSKY a sebehodnoty.

Hodnotíte se a jste na sebe nejpřísnější?

Myslíte si, že sebeláska je sobecká?

Potřebujete posílit svojí sebedůvěru?

Zajímá vás, jak se mít více ráda a přijímat se bezpodmínečně?

Potřebujete posílit svojí pozici a cítit se jistější?

SEBELÁSKA je zvyk. Pojďme tvořit nové zvyky a techniky sebelásky.

Na tomto semináři nahlédneme na překážky a vzorce nelásky k sobě, uvolníme své potřeby. Budeme pracovat se svými emocemi formou psychologických a konstelačních her se sebe přijetím. Dáme si odpuštění a posílíme vlastní sebedůvěru. Přijmeme svoji zranitelnost a naučíme se být naplno pro své vnitřní dítě. Úplné přijetí svého těla je základ zdravé sebelásky. Pomocí meditací, práci se zrcadlem, spojení s tělem, sdílením atd. Budete mít možnost narovnat výchovou a dalšími vlivy pokřivené vnímání sebe sama.

Zažít: "Jsem v pořádku, taková jaká jsem, tady a teď."

Kdy: 19.11.- 20.11.2022 SO i NE od 09.30 do 17.00

Koná se: AMIDA centrum, Pivovarská 9/38, Děčín IV.

Cena: 2 400,- Kč

**Přihlášení: Renata Štěpánová 737 504 979, renda.stepanova@seznam.cz,
www.renata-konstelace.cz**