

Vortragsangebote:

Auf die Balance kommt's an

Was wir selbst dazu tun können, um Geist, Seele und Körper in Einklang zu halten.

„Aus der Not (k)eine Tugend machen?!“

... von Über-lebensstrategien zu Lebensstrategien!

Über Hemmendes und Hilfreiches, Überforderndes und Förderndes im Umgang mit uns selbst und unserer Lebensgestaltung.

Balance als Chance

**... im Umgang mit Entwicklung, Wachstum und Wandlung
im Lebens-Gestaltungs-Prozeß**

Unser Leben – ein steter Wandel!

**... aus dem Bewußt-Sein des eigenen Geworden-Seins
bewußt(er) das eigene Werden gestalten ...**

Mentale Gesundheit

„... auf die Balance kommt's an im Umgang mit uns selbst und unserer Lebensgestaltung!“

„Was kränkt macht krank?!“

Über krankmachende Kränkungen und kränkende Krankheiten.

Gesundheit zwischen Geschenk und Aufgabe

„... nicht alles ist machbar, aber vieles kann ich tun ...“

„Unser Leben verändert sich – wir uns mit?!“

Über Wandlung und Neuorientierung in verschiedenen Lebensphasen und mögliche Auswirkungen auf Partnerschaftsbeziehungen

Vortragsangebote:

Supervision und Psychotherapie

Zwei Arbeitsansätze: wie sie wirken und was sie be-wirken , präventiv und/oder in Krisensituationen, für SchülerInnen und LehrerInnen

„Soviel Be-ziehung wie möglich, soviel Er-ziehung wie nötig“

Mentales Gesund-Sein für Eltern und Kinder ... und LehrerInnen

„Entwicklung, Wachstum und Wandlung im Lebensgestaltungsprozess“

Unsere persönliche Lebensgeschichte, in der wir uns entwickeln, wachsen und uns wandeln, hat wesentlichen Einfluss auf unsere Lebens- und Beziehungsqualitäten. Je bewusster wir uns des eigenen „Geworden-Seins“ sind, desto mehr und besser können wir unser Sein und Werden beeinflussen bzw. gestalten – als Mensch – und als Mann und Frau!

Mentales Gesundsein

..... über Lebensgestaltung und Stressbewältigung

SCHÖNHEIT als AUSDRUCK

für Achtsamkeit, Selbstbewusstsein, Echtheit

Rundum GANZ GESUNDE FRAU sein

Information, Prävention, Psychotherapie
