



Wenn Gedanken Gefühle machen ...

Webinar für Eltern
mit der Familientherapeutin Andrea Hendrich

Dienstag, 14. Januar ab 20.00 Uhr

Wie sehr beeinflussen unsere Gedanken unsere Gefühle und damit unser Leben? Wir denken ständig, doch was passiert, wenn wir unsere Gedanken für unumstößliche Wahrheiten halten? Wie beeinflussen negative Gedanken unsere Psyche und am Ende auch unsere Beziehung zu unseren Kindern? Und was können wir von erfolgreichen Menschen, wie etwa Sportler*innen, lernen, die achtsam mit ihren Gedanken umgehen? In diesem Webinar werden wir uns damit beschäftigen, wie wichtig es ist, unsere Gedanken bewusst wahrzunehmen und unsere Glaubenssätze zu hinterfragen. Gleichzeitig erfahren Sie, was es braucht, sich selbst mehr Mitgefühl und Liebe zu schenken, um schließlich den Familienalltag harmonischer zu gestalten.

bke-beratung.de

**Online-Beratung für Eltern
anonym - kostenfrei - datensicher**

