

víkendový seminář dle metodiky Míly Lukášové

SEBELÁSKA A VNITŘNÍ DÍTĚ

sebeláska je základním předpokladem spokojeného života, zdravého sebevědomí a kvalitních vztahů

Lektor: Petra Poupětová

Víkend bude plný sebepoznávací práce na sobě samých. Budeme mluvit o smyslu života, ale i o fungování mezilidských vztahů. **Pomocí jednoduchých regresních technik** se navrátíme do vlastní minulosti k zásadním vzpomínkám a tématům, které ovlivňují náš současný život.

Velkou pozornost věnujeme svému dětství a **léčení vnitřního dítěte**. Dětství má zásadní vliv na kvalitu prožívání našeho dospělého života. Ukazuje se, že naplnění našich základních potřeb (jistota a bezpečím ochrana a péče, láska, pozornost a přijetí) a podmínky života v raném dětství (potřeba mít své místo, materiální uspokojení) významně formují naši osobnost.

V této etapě života se pokládá **základ naší sebehodnoty a sebelásky** a formuje naše pozdější schopnost vytvářet vztahové vazby.

V praktické části semináře se seznámíme se stavem našeho vnitřního dítěte, poznáme, co mu chybělo, a osvojíme si jednoduchou nápravnou techniku, díky které se můžeme sami efektivně léčit.

S sebou: poznámkový blok, psací potřeby (hodit se budou i pastelky), dvě vlastní fotografie z dětství, pohodlné oblečení a chuť objevovat a pracovat na sobě.

Termín: 4. 12. - 5. 12. 2021

sobota 9.00 - 18.00

neděle 9.00 - 13.00

Místo: Terra Sana, Dlouhá 175/9,
412 01 Litoměřice

Cena: 2.200 Kč

Registrace na tel.: 776 503 888

E-mail: poupetova@seznam.cz

Rezervace termínu proběhne po uhrazení zálohy ve výši 500 Kč na účet číslo 168402716/0600. Záloha je nevratná.

