

Sebeláska a vnitřní dítě

**Sebeláska
je základním
předpokladem
spokojeného
života, zdravého
sebevědomí
a kvalitních
vztahů**



- Víkend bude plný sebepoznávací práce na sobě samých. Budeme spolu mluvit o smyslu života, ale i o fungování mezilidských vztahů.
- Pomocí jednoduchých regresních technik budeme pracovat na své minulosti, nahlédneme také do původního plánu duše.
- Velkou pozornost věnujeme svému dětství a léčení vnitřního dítěte. Dětství má zásadní vliv na kvalitu prožívání života. Ukazuje se, že naplnění základních potřeb (ochrana, péče, láska, pozornost, přijetí) a podmínky života v raném dětství (potřeba mít své místo a materiální uspokojení) významně formují naši osobnost. V této etapě života se v nás tvoří úroveň sebehodnoty a sebelásky a také pozdější schopnost vytvářet vztahové vazby.
- V praktické části semináře se seznámíme se stavem vnitřního dítěte, poznáme, co mu chybělo a osvojíme si jednoduchou nápravnou techniku, díky které se můžeme sami efektivně léčit.
- **S SEBOU:** Něco pohodlného na sebe a pokud možno i jednu, popřípadě několik fotografií z dětství. Hodit se vám budou i papíry a potřeby na psaní.

Lektor *Míla Lukášová*

Termín: 11.–12. října 2025

sobota 11. 10. 9:00–18:00 hod.

neděle 12. 10. 9:00–13:00 hod.

Místo: Hradec Králové

Centrum duševního zdraví

Kavčí plácek 121

www.pdz.cz

Cena: 2900 Kč

Registrace a bližší informace:

Markéta Slezáková, tel.: 732 800 890,

e-mail: therapiesmarketou@seznam.cz

Zálohu ve výši 1000 Kč uhradíte do 6. 9. 2025

na účet č.: 259361577/0600, v. s.: 11102025, do poznámky uveďte prosím vaše jméno a příjmení. Záloha je nevratná. Doplátek prosím uhradíte do 27. 9. 2025.

