

# Vortrag

## Glaubenssätze und ihre Wirkung auf unser Selbstwertgefühl!

Jeder von uns hat seine eigenen Meinungen über die Dinge des Lebens und seine Mitmenschen. Zudem haben wir unsere Ansichten darüber, wer wir sind und wie wir uns geben oder uns zu benehmen haben.

Maßgeblich dafür sind unsere Glaubenssätze:

Was ist das denn? Woher kommen diese? Habe ich auch welche? – Ja!

Mit Religion haben sie nichts zu tun.

Glaubenssätze sind tief verankerte Annahmen über uns selbst und die Welt um uns herum. Diese haben großen Einfluss auf unser Leben und unsere täglichen Entscheidungen. Die meisten wissen dies nicht und können dieses Potential nicht für sich nutzen.

In diesem Vortrag wird es darum gehen, mehr über Glaubenssätze zu erfahren und zu verstehen, wie sie wirken.

Es gibt günstige und ungünstige Glaubenssätze. Die gute Nachricht: Ungünstige lassen sich umschreiben!

Neue und positive Sätze können formuliert und individuell genutzt werden. Dies eröffnet Perspektiven und aktiviert Kräfte für ein erfülltes Leben mit gutem Selbstwertgefühl.

## DIENSTAG, 08.11.2022 von 19.00 - 21.00 UHR

- **Referentin:** Frau Stefanie Alde, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Beraterin bei BEST
- **Ort:** Beratungsstelle für Frauen u. Mädchen e.V. • Waldstraße 12 • 22926 Ahrensburg
- **Anmeldung & Info:** 04102.821111, frauenberatung@best-ahrensburg.de
- **Kosten:** Wir bitten um eine Spende für die Beratungsstelle

