Die Sache mit dem Ärger...

Immer wieder geraten wir in Situationen, die Ärger in uns auslösen und dann Stress und Frust in uns hinterlassen. Und selbst wenn wir uns vornehmen, uns nicht mehr zu ärgern bzw. nicht mehr ärgern zu lassen, erscheint es nahezu aussichtslos!
Aber was verbirgt sich eigentlich hinter dem Ärger?
Ärger ist nur die Spitze eines Eisbergs und wir schauen gemeinsam, was sich tatsächlich darunter verbirgt. Hierdurch verändert sich unsere Sichtweise auf diese Situationen und wir sind in der Lage effektiver und sicherer zu agieren.

MMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMMM

Datum:	Donnerstag, 28. Oktober
Zeit:	19.30 - 21.30 Uhr
Ort:	Praxis für Logopädie und Lerntherapie
	Tiefer Weg 17, 48727 Billerbeck
	www.logopaedie-billerbeck.de
Ausgleich:	20,-€