

Work-Shops

Achtsamkeit

Achtsamer Umgang mit Konflikten

25
APRIL

27
JUNI

2 Termine 2020
Sa. 09:00 – 12:00 Uhr
45,- € p. P. / Termin

Konflikte im privaten, sowie im beruflichen Leben sind unvermeidbar. Deswegen ist ein angemessener Umgang mit Konflikten sehr wichtig.

Hier bietet die Achtsamkeitslehre eine gute Basis: Im Work-Shop werden verschiedene Methoden und Modelle aus der Achtsamkeitslehre vorgestellt und für den Alltag in Praxis-Übungen angeleitet.

