

A man with a beard and a lion's head in the background. The man is wearing a dark beanie and a jacket, looking off to the side. The lion's head is positioned behind him, looking in the same direction. The background is a blurred outdoor setting.

# Meinen Selbstwert erkennen für ein gelingendes Leben.

*Ein LEBENSFROH in die Zukunft - Seminar  
von und mit Gerald Häfele [www.lebensfroh.net](http://www.lebensfroh.net)*

„Warum reagiere ich so empfindlich auf manche Situationen?“, „Wieso mag mein Leben nicht so recht gelingen?“, „Weshalb nehme ich vieles so persönlich?“, „Warum habe ich das Gefühl, nie genug (Liebe) zu bekommen?“; Oder bin ich umgekehrt so "selbstverliebt", dass es meinem Umfeld schon weh tut? Wie kann ich auch bei meinen Kindern, meinem Lebenspartner bzw. meinen Mitmenschen mithelfen, dass diese ihren Selbstwert erkennen können?

Die Ursache für persönliche Probleme liegt zumeist im Mangel am Bewusstsein des Selbstwertes. **Nur wer seinen Wert kennt, steht fest wie ein Baum**, dem die Stürme des Lebens nichts anhaben können. **Ein Baum, der noch dazu allen Luft zum Atmen und Schatten spendet...**

Lerne in diesem Impulsseminar und Training deinen Selbstwert kennen und werde so immer mehr ein starker, aber dennoch liebevoller und gelassener Mensch. Gerne kannst du dir hier auch Tipps und Übungen für deine Lieben mitnehmen - deine Kinder, deine/n Lebenspartner/in... - **wir alle brauchen ein gesundes Selbstwert-Bewusstsein**, um ein gelingendes (glückliches) Leben führen zu können.

Hinweise: Das Seminar findet hauptsächlich im Freien und daher nur bei trockenem Wetter statt. Eine Unterlage zum darauf Sitzen, eine kleine Jause und eine große Getränkeflasche in einem Rucksack sind sinnvoll.

Datum: **Samstag, 10. Mai 2025, von 14 - ca. 18 Uhr** (inkl. Stille- und Selbstfindungszeiten)

Ort: **am Mariahilfberg bei Gutenstein, Treffpunkt 14 Uhr vor der Wallfahrtskirche**

Kosten: **keine** vom Veranstalter

**Anmeldung ist erforderlich!** (auch wegen Kommunikation von evtl. Änderungen).

Sende eine E-Mail an: **[lebensfroh@die-optimisten.net](mailto:lebensfroh@die-optimisten.net)**

