

## Personlig udvikling i gruppe

- træen åben og ærlig kommunikation.

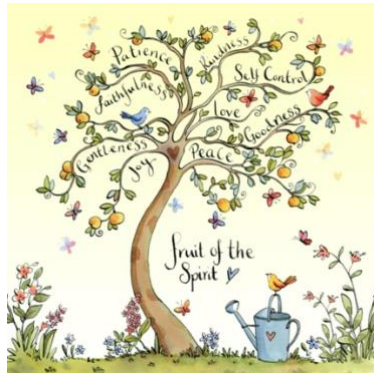
Kend din magiske natur

Ønsker du at gro og udvikle dig personligt og spirituelt – og opleve dit magiske jeg?

Så deltag i en lukket gruppe der ledes fag- professionelt.

Du arbejder med din personlige udvikling, med fokus på dig som et helt menneske.

Du guides ved af brug af moderne psykologiske teknikker, der har fokus på at integrere krop, følelser og det mentale.



Vi mennesker udvikler os i relationer og når vi er sammen, optimeres vores personlige udvikling og samhørighedsfølelse. *Ingen bør være alene når livet er svært !*

Hvordan foregår kurset?

Deltagerne mødes 10 gange i gruppen hver anden torsdag fra kl. 17.00-19.00.

I et skift mellem online og femmøde i København (afhængig af Covid situationen).

Hvad får du ud af et kursus i personlig udvikling?

- Du bliver mere bevidst om dine mønstre, og dem der ikke tjener dig længere
- Du øver dig i at udtrykke dig selv i en gruppe.
- Træner åben og ærlig kommunikation.
- Du lærer dine styrker at kende og styrker dem yderligt.
- Du skaber sammenhæng mellem dine tanker, følelser og kroppen
- Du lærer at lytte til din sande kommunikation indefra?
- Du lærer at mærke og kende dine grænser.

Målgruppe

Gruppe tilbuddet er for dig, der ønske, at arbejde med dig selv, med ønske om at føle dig mere hel, være tydeligere i din kommunikation, du ønsker at bringe den spirituelle dimension ind i din personlige udvikling.

Pris og tilmelding

For yderligere informationer og tilmelding kontakt Line Hou på mail [linehou@connectu.dk](mailto:linehou@connectu.dk)

Kr. 2.500,- for 10 gange.

Line Hou – Psykoterapeut, choktraume, professionel rådgiver ved mistrivsel og livskriser

tlf. 26778147

[linehou@connectu.dk](mailto:linehou@connectu.dk)