Wohlfühlabende 2010

Datum	Thema des Abends, Referentin
3. Februar	„Wer bin ich und wer bin ich auch" Eine kleine Charakterstudie Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
3. März	„Mein Selbstwertgefühl" Mit einem stabilen Selbstwert erstarrte Bahnen aufgeben und das eigene Leben leben; Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
14. April	„Umgang mit Angstgefühlen" Auf dem Weg der Akzeptanz des Vertrauens und einer veränderten Wahrnehmung ist der Umgang mit der Angst erlernbar; Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
5. Mai	„Gibt es falsche Gefühle – lässt sich ein Gefühl begründen?" Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
2. Juni	„Kraftquellen – Was tut mir gut, was tut mir nicht gut" Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
8. September	„Besser miteinander reden und einander besser verstehen" Teil 1 Über Selbsterkenntnis gelange ich zum Verstehen meiner selbst und meines Gegenübers; Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
20. Oktober	„Mein Lebensweg" Überdenken und Nutzen und Chancen meines persönlichen Lebensweges; Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin
10. November	Kommunikation Teil 2 – Dem Anderen so richtig die Meinung sagen und sich wirklich verstanden fühlen" Das Geheimnis einer gelungenen Kommunikation; Kathrin Engelmann, EFL-Beraterin und Kommunikationstrainerin
8. Dezember	„Handle ich so, wie ich denke - denke ich so, wie ich handle?" Die Kraft der zuversichtlichen Gedanken; Petra Hagedorn, Dipl.-Sozialpädagogin