

Hvordan bliver jeg den bedste udgave af mig selv?

Det kan indimellem være rigtig svært at finde ud af, hvem man egentlig er, hvordan man opfatter sig selv og hvordan man tror ens omgivelser opfatter en.

- Man kan have lyst til at justere på sit eget selvbillede
- Hvordan møder jeg modgang?
- Hvorfor gør jeg som jeg gør og kan det gøres anderledes?
- Hvad kan jeg selv gøre, og hvilke redskaber virker for mig?

Hvis du tænker, "Det er lige mig", og har lyst og mod til at arbejde med de daglige udfordringer du møder, vil forløbet her være noget for dig.



Varighed:
12-14 uger



Adresse:
Den Gode Modtagelse
Åstrupvej 15
9800 Hjørring