

03. März 2018

Leistungsdenken durch Gnade überwinden Impulstag

Zum Impulstag

Ob in Beruf, Familie oder Alltag, überall wird Leistung und Effizienz verlangt. Wir leben in einer Gesellschaft, in der unsere Identität stark vom Denken ‚Ich bin so viel wert, wie ich leiste!‘ geprägt ist. Doch, was ist, wenn ich die nötige Leistung nicht erbringe? Leistungsdenken ist mit Versagensangst verwoben.

Diese Angst bindet Energie, führt zu Ohnmachtsgefühlen, lähmt, raubt den Schlaf und macht krank.

Neben der Leistungserwartung spielen unsere Ansprüche an uns selbst eine entscheidende Rolle bei dem Druck, den wir erleben. Innere Haltungen wie ‚keine Fehler machen‘, ‚alles allein schaffen‘, ‚Bester sein‘, wirken als Antreiber und verschärfen das Leistungsdenken. So werden wir oft selbst zu unserem schärfsten Gegner.

Gnade und Selbstachtung helfen uns, am gesellschaftlichen Leistungsdenken nicht zu zerbrechen. Wir können einen gnädigen Lebensstil erlernen, denn wir haben einen gnädigen Gott. Gnade verändert unsere Leben.

Inhalte des Impulstages

- mein Selbstbild
- innere Antreiber entdecken
- Umgang mit Stress
- Leistungsdenken und Gottesbilder
- aus Gnade leben

Termin

Samstag, 03. März 2018
08.45 Uhr - 18.00 Uhr

Leitung

Hans Wiedenmann

- Sozialtherapeut
- Heilpraktiker für Psychotherapie

Kosten

Impulstag: 56,00 €*
Übernachtung (wenn erwünscht): 10,00 €

Die Anmeldung wird bestätigt.

* einschl. Verpflegung (16,00 €)