Mache dich auf den Weg in deine Verbindung zu dir selbst!

Dein 6-Wochen-Online-Kurs

Woche 6 - in Verbindung bleiben

Inne halten, zurück blicken und dann nach vorn schauen.

Wie ging es dir vor Kursbeginn? Wie geht es dir heute?
Was für einen Weg bist du in den letzten Wochen gegangen? Was hat sich verändert?
Reflektiere für dich, was dir am meisten geholfen hat, um wieder mehr in Verbindung mit dir zu kommen. Und nehme dir ganz konkret ein oder zwei Sachen vor, die du fest in deinen Alltag integrieren möchtest, um in deiner Verbindung zu bleiben.