

Meer zelfvertrouwen

Type

Groepsaanbod

Startdatum

26/11/2024 - 17/12/2024

Locatie

Hortensiastraat 12, 8800 Roeselare, Belgium

Door

Lieslot Cool

Julie Verhanneman

Praktische info

Datums

26 november 2024 - 13:30 - 15:00

05 december 2024 - 13:30 - 15:00

10 december 2024 - 13:30 - 15:00

17 december 2024 - 13:30 - 15:00

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

5

Duur sessies

90

Voor wie

Heb je ook de neiging jezelf vaak af te kraken? Heb je moeite met kritiek en complimenten? Vind je jezelf niet belangrijk of waardeloos? Wil je de positieve kanten van jezelf leren kennen en de negatieve wat meer omarmen?

Dan is deze groepstraining iets voor jou!

Hulp bij

Zelfbeeld

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking, Met de bus

Inhoud

In deze reeks probeer je via educatie en oefeningen anders te kijken naar jezelf om een positiever zelfbeeld op te bouwen. We staan stil bij positieve eigenschappen en hoe je kunt omgaan met kritiek en complimenten. We zoomen in op wat hoge eisen met je doen en staan stil bij gedrag passend binnen een positief zelfbeeld.

Contact en inschrijven

E-mailadres

lieslot.psycholoog@gmail.com

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/meer-zelfvertrouwen-0