

Dienstag
21.04.2015
19.30 Uhr

Werte und Glaubenssätze

Werte und Glaubenssätze bestimmen unser Leben. Manche sind von Ihrer Bedeutung so groß wie ein Sandkorn, manche wie ein Kieselstein und manche auch so unverrückbar wie Felsen. Sie regeln unser Denken, Handeln und unserer Sichtweise auf uns selbst, dem Miteinander mit anderen Menschen, über unsere Beziehungen, über Möglichkeiten und unsere Fähigkeiten.

Glaubenssätze sind die Lebensregeln, an denen wir uns orientieren: Wir schätzen so die Realität ein und nach Ihnen entwickeln wir unsere Gedankenmodelle - die Prinzipien, nach denen wir - zumindest unserer Erfahrung nach - die Welt zu funktionieren scheint. Glaubenssätze sind keine Tatsachen, auch wenn wir sie häufig damit verwechseln.

Beispiele von Glaubenssätzen könnten z.B. sein:

- Ich muss alles alleine schaffen!
- Ich muss immer alles dafür tun, dass es anderen gut geht!
- Ohne Fleiß kein Preis!
- Ohne Arbeit bin ich nichts wert!
- Ich muss immer die Verantwortung übernehmen!
- Alle anderen sind lebenswerter!
- uvm.

Ziel der Veranstaltung ist einen Eindruck zu bekommen, wie stark innere Einstellungen die eigene Wahrnehmung sowie das Denken, Fühlen und Handeln prägen und wie diese Glaubenssätze verändert werden können.

Referent: Paar- und Familientherapeut Michael Diaz, Traumatherapeut, Regensburg

Ort: Kloster St. Josef, Festsaal, Wildbad 1, Neumarkt

