

SEMINAR:

LERNE MIT TRIGGERN UMZUGEHEN



Glückstraining

SEMINARREIHE
VON DANIELA STEINDL

Gelassen in Beziehung & Familie
statt automatisch reagieren

Ziel ist es, die eigenen Trigger zu
erkennen, ihre Ursachen zu
verstehen und Techniken zum
Lösen dieser Trigger zu erlernen -
für Nähe statt Machtkampf



22. Mai 2026



17:00 - 18:30 Uhr



Dorfzentrum Götzles

Götzles 20, 3830 Waidhofen/Thaya



35,-

Anmeldung unter:

info@energiepraxis-im-wald4tel.at
oder via WhatsApp
+43 664 38 99 752

INHALTLICHER FOKUS:

- ★ Was sind emotionale Trigger und wie entstehen sie?
- ★ Die Rolle eigener Prägungen bei Konflikten mit Kindern, Partnern und im Alltag
- ★ Erkennen, was dahinter steckt, und Trigger identifizieren
- ★ Wege finden, um aus dem automatischen Reagieren auszusteigen
- ★ Praktische Übungen, um Trigger zu lösen

*Entdecke meine anderen Seminare zur Glücks-
trainingsreihe auf meiner Website.*



www.energiepraxis-im-wald4tel.at