



# Selbstliebe pur!

Ein starkes Selbst! Dein Paket für ein glückliches ICH!

*inkl. Meditation für zu Hause*

**Schritt 1 | 90 min.:**

Stand der Dinge aktuell | Konditionierungen & Verhaltensweisen | *Sofort-Übung: mehr Selbstliebe*

**Schritt 2 | 60 min.:**

Selbstachtung | Selbstannahme | Selbstwirksamkeit | Selbstwert

**Schritt 3 | 60 min.:**

Glaubenssätze und Blockaden finden und lösen | Seelenreise oder Trance-Sitzung

**Schritt 4 | 60 min.:**

Eigene Bedürfnisse erkennen | Inneres Kind | Projektionen

**Schritt 5 | 60 min.:**

Werte | Selbstwert stärken | Umsetzungs-Übungen

**Schritt 6 | 60 min.:**

Mindset-Übungen | Selbstreflektion | Abschlussgespräch

**330 €**  
statt 390 €



Du wünschst dir, du könntest dich selbst lieben? Selbstbewusst und glücklich deinen Alltag und deine Beziehungen leben und dir ganz selbstverständlich auch Zeit für dich nehmen? Stattdessen stellst du dich immer an die letzte Stelle? Du gibst und gibst und bekommst selten etwas zurück? Das macht dich traurig und wütend auf dich selbst und alle anderen, denn glücklich sein ist anders.

Negative Glaubenssätze wie z.B.: *ich bin nicht gut genug, ich schaffe das nicht, für mich als Frau ist das nicht möglich, ich als Mann muss ich immer jedes Problem lösen, ich bin zu häßlich, zu dick, zu dumm, die anderen sind viel besser*, bringen dich ins Opferbewusstsein und nicht in die Selbstliebe. Leider wird auch in unserer Gesellschaft Selbstliebe mit Egoismus gleichgesetzt und so sind wir alle in ungesunde Muster abgerutscht.

Willst du diese Muster endlich durchbrechen, dich aus der Opferrolle befreien und lernen dich selbst zu lieben, wertzuschätzen wie du bist und mit dir selbst glücklich werden?

Ich helfe dir, das in dir selbst zu finden und umzusetzen.

Dann werden deine Beziehungen glücklich sein und dein Leben wird sich positiv ändern.

*Bei der Buchung dieses Paketes erhältst du einen Rabatt gegenüber den Einzelstunden.*

*Mit einer einzelnen Sitzung erkennst du schon, warum du dich selbst nicht richtig lieben kannst, doch das wird nicht ausreichen, um wirklich in eine starke Selbstliebe zu kommen.*

*Eine Begleitung in diesem Prozess ist daher sehr sinnvoll. Die Inhalte der Sitzungen sind Vorschläge, die sich für dieses Thema in der Praxis bewährt haben. Natürlich passen wir das zusammen alles individuell auf dich persönlich an. **Es ist alles freiwillig!***

Wenn du noch Fragen hast, melde Dich bitte bei mir. Ich biete dir ein unverbindliches, kostenfreies Erstgespräch von 15 min an. Bitte per Mail anfragen: [info@kathleenrother.de](mailto:info@kathleenrother.de)