



# Selbstvertrauen

Minderwertigkeitsgefühle und  
Selbstzweifel überwinden

Ein Seminarangebot des



Lebensberatungscenter  
Rapperswil-Jona

# Selbstvertrauen

## Minderwertigkeitsgefühle und Selbstzweifel überwinden

- Vergleichst du dich oft mit anderen?
- Machst du dir immer wieder Selbstvorwürfe?
- Fühlst du dich häufig unsicher, angegriffen oder abgelehnt?
- Hast du den Wunsch, einfach dich selbst zu sein?
- Bist du bereit einen neuen Weg zu gehen?

**Dann melde dich an für dieses Seminar!**

**Wir freuen uns auf dich!**

### **Seminarleitung:**

**Ruth Kappeler** – Familienfrau, Individualpsychologische Beraterin SGIPA

**Mirjam Baumgartner** – Familienfrau, Beraterin bcb

**Wann:** Mittwoch 31. August, 7. und 14. September 2011, jeweils 19.30 bis 21.30 Uhr

**Wo:** Lebensberatungszentrum Rapperswil-Jona, Merkurstrasse 44, 8640 Rapperswil

**Seminarkosten:** CHF 75.00

## Anmeldung

**Ja,** ich melde mich hiermit definitiv für das Seminar «Selbstvertrauen» an

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Strasse/Nr. \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

### **Ausgefüllte Karte einsenden an:**

Lebensberatungszentrum Rapperswil-Jona

Merkurstrasse 44

8640 Rapperswil

Mail: [ruth.kappeler@lebensberatung-rj.ch](mailto:ruth.kappeler@lebensberatung-rj.ch)

[www.lebensberatung-rj.ch](http://www.lebensberatung-rj.ch)

**Anmeldeschluss: 22. August 2011**