



Mut zur Lücke

Selbstbewusst durch den Alltag

Nach einem Schädelhirntrauma hast Du vielleicht Beeinträchtigungen, die Dir unangenehm sind.

Deine Bewegungen sind verändert, Handlungen fallen Dir schwerer oder Du kannst in Gesprächen nicht mehr schnell und schlagfertig reagieren. Dies führt leicht dazu, dass Du unsicher wirst, Dir weniger zutraust oder Dich zurückziehst.

Ein Verbergen der Symptome ist dann keine Option. Dies kann schnell zu Stress und Missverständnissen führen. Vielmehr braucht es einen entspannten und selbstbewussten Umgang mit Deinen Einschränkungen. Eine Prise Humor dazu nimmt auch dem Gegenüber die Unsicherheit und ermöglicht einen offenen Austausch.

In dem Seminar **möchten wir Dein Selbstbewusstsein stärken** und Dich wappnen für die Herausforderungen des Alltags.

Das erwartet Dich

Im engen Austausch mit anderen Betroffenen erhältst Du wertvolle Tipps zu

- Körpersprache,
- Stimme und
- Kommunikation.

In Rollenspielen kannst Du Dich praxisnah ausprobieren.

Termin

13.11.-14.11.2024

Ort

Hamburg; JH Horner Rennbahn

Preis

kostenfrei, incl. Kost & Logis

Anmeldung

www.zns-akademie.de