

Erst komm' ich ...!

People Pleasing wirksam verändern



Persönlichkeitsentwicklung

Kursbeschreibung

Nicht «Nein» sagen können, die eigenen Bedürfnisse vernachlässigen, Konflikte vermeiden, sich bis zur Erschöpfung verausgaben – so zeigt sich People Pleasing im Alltag. IBP nennt dieses Verhalten offensive Kompensation (Agency). Da wir nicht gelernt haben, unsere Bedürfnisse zu erfüllen, versuchen wir dies zu kompensieren, indem wir zu anderen nett sind und automatisch «Ja» zu deren Wünschen sagen.

Die Begründer von IBP erkannten schon sehr früh, dass für eine wirksame Veränderung die tieferliegenden Ursachen erkannt und transformiert werden müssen. Was wir dafür brauchen, steht uns in unserer Psyche und im Körper zu Verfügung. Im Seminar lernst du, deine eigenen Heilungsquellen zu erschliessen.

Überblick

Datum

13.-14.06.2026

Kursleitung

Matthias Keller

Kursort

IBP Institut
Mühlestrasse 10
8400 Winterthur ZH

Kosten

CHF 600.- / CHF 540.-*

Anzahl Teilnehmende

min. 12, max. 24

Zielgruppe

Alle, die mehr über den Umgang mit sich selbst und anderen lernen möchten

*Frühbucherpreis bei Buchung bis 3 Monate vor Kursstart.

IBP Fachmitglieder erhalten 10% Rabatt.

Rabatte sind nicht kumulierbar.