

# **DER FREIE FALL MIT: HEINZ-PETER RÖHR (THEMA: „SELBSTLIEBE“)**

*Posted on 27. Februar 2020*

Unser Selbstwert! Was genau ist das eigentlich? Und woher beziehen wir unser persönliches Selbstbild? Gibt es geheime Programme, die wie automatisch in uns ablaufen und uns in unserem Denken, Fühlen und Handeln negativ bestimmen, uns förmlich sabotieren? Und wenn das so ist, wie können wir neue Programme entwickeln, um im Leben mit uns selbst und mit anderen besser zurecht zu kommen und zufriedener zu leben?

All diese Fragen stellen wir dem Pädagogen und Autor, Heinz-Peter Röhr, in der 5. Ausgabe von "DER FREIE FALL".

Heinz Peter Röhr hat über 30 Jahre an der Fachklinik Fredeburg/Sauerland mit Suchtmittelabhängigen psychotherapeutisch gearbeitet. Er ist Autor zahlreicher erfolgreicher Büchern zu den Themen Sucht, Abhängigkeit und Selbstwert.

In seinem aktuellen Buch "Unser Selbstwert - Die Kunst sich selbst wertzuschätzen" erklärt er uns die Bedeutung unserer frühkindlichen Programmierungen, die wir noch im Erwachsenenalter mit uns herumtragen und gegen die wir unbewusst mit unterschiedlichen Strategien zeitlebens ankämpfen, solange uns die Antworten auf die drei zentralen Fragen fehlen:

War ich willkommen?

Habe ich meinen Eltern genügt?

Bin ich satt geworden?

+++

*KenFM jetzt auch als kostenlose App für Android- und iOS-Geräte verfügbar! Über unsere Homepage kommt Ihr zu den Stores von Apple und Google. Hier der Link: <https://kenfm.de/kenfm-app/>*

+++

*Abonniere jetzt den **KenFM-Newsletter**: <https://kenfm.de/newsletter/>*

+++

*KenFM unterstützen mit **FLATTR**: <http://bit.ly/KenFM-Flattr>*

+++

*Jetzt kannst Du uns auch mit Bitcoins unterstützen.*

**Bitcoin Adresse:** <https://commerce.coinbase.com/checkout/1edba334-ba63-4a88-bfc3-d6a3071efcc8>

+++

*Dir gefällt unser Programm? Informationen zu weiteren Unterstützungsmöglichkeiten findest Du hier:*  
<https://kenfm.de/support/kenfm-unterstuetzen/>