

Välkommen till din nya kärlekshistoria

Jag heter Satu Hirsch Fjellstedt och brinner för mod, självinsikt och mänsklig växtkraft. Under många år har jag arbetat med människor som längtar – efter närhet, mening och efter att få vara fullt ut sig själva i en relation.

Och jag ser ofta samma sak: Vi söker en partner – men har inte alltid hunnit bli riktigt trygga med oss själva. För mig handlar dejting därför inte bara om att hitta “den rätta”. Det handlar om att bli rätt för sig själv.

I mitt arbete kombinerar jag personlig utveckling med konkreta verktyg.

Jag hjälper människor att:

- förstå sina mönster
- upptäcka sina rädslor
- formulera sina behov
- och stärka sitt mod

För mod är inte frånvaro av rädsla – mod är att röra sig framåt trots att hjärtat bultar.

Jag har själv erfarenhet av att börja om och ifrågasätta gamla berättelser om vem jag är och vad jag förtjänar. Många känner igen tankar som:

“Är jag tillräcklig?”

“Vågar jag verkligen öppna mig igen?”

“Hur vet jag vad jag egentligen vill?”



Under vår workshop på Herresta Lada kommer jag att guida dig i att börja med att dejta dig själv.

Vi kommer bland annat att:

- utforska din relationshistoria – utan skuld, men med nyfikenhet
- identifiera vilka värden och behov som är viktiga för dig idag
- träna på att presentera dig själv med självklarhet och värme
- ta små steg mot att våga visa vem du är

Ingen behöver prestera. Ingen behöver vara “färdig”. Det räcker att vara villig.

Jag tror inte att det är för sent för någon. Varje ny fas i livet kan vara början på något djupare – om vi vågar stanna upp och lyssna inåt.

Att söka en partner kan kännas stort. Men att börja med att välja sig själv – det är ännu större.

Kanske är det just här din nya kärlekshistoria börjar.

Varmt välkommen.

Satu