

Aufrecht durchs Leben

Was gibt dir Halt/ung?

Im Laufe der Evolution haben wir uns aufgerichtet. Sind wir daher aufrichtig? Was gibt uns Halt? Wann nehmen wir Haltung an, wann verlieren wir sie? Wann verbiegen wir unser Rückgrat, was bricht es uns? Wem halten wir den Rücken frei? Welche Ressourcen können wir anzapfen und wie funktioniert Versöhnung?

In diesem Seminar setzen wir uns zunächst mit unserem Sprachgebrauch auseinander, denn Sprache formt Bewusstsein, und Bewusstsein wirkt sich auf die Sprache aus. Haben wir einen Wortschatz oder einen Wortmüll?

Ressourcenorientiert gehen wir einem Prozess der Veränderung nach. Und aus der achtsamen Wahrnehmung von uns selbst ergibt sich ein achtsamerer Umgang mit unserer Umwelt...so richten wir uns natürlich auf...

Inhalte

- Die Kraft der Sprache
- Der Prozess der Veränderung
- Stolpersteine und Ressourcen
- Wahrnehmung
- Beziehungslandkarte
- Vergebung
- Herz und Verstand
- Wohlspannung

„Wer innehält, bekommt von innen Halt.“

Dauer: 2 Tage

Dr. Petra Gamper · Schenna/Südtirol · +39 338 5314299 · info@petra-gamper.com · www.petra-gamper.com