



sehnen und wünschen

*Seminar für Frauen
26. August - 2. September 2017
in Canneto/Toscana*

Die alltäglichen Herausforderungen unseres Lebens nehmen oft viel Zeit und Kraft in Anspruch. In der Stille der toskanischen Hügellandschaft haben Sie die Möglichkeit, eigenem Sehnen und Wünschen Raum und Zeit zu geben. Die Zeit, die es braucht, damit Wünsche und Bedürfnisse spürbar werden und benannt werden können.

Oft verbieten wir uns das Wünschen, beziehungsweise ist es uns vor längerer Zeit verboten worden. Allerdings stellen Wünsche, auch wenn sie im Moment unerreichbar erscheinen, die konstruktive Basis für Veränderungen im Leben dar.

Wir versuchen sie mit Hilfe von kreativen Arbeitsweisen sichtbar zu machen, um daraus erste Schritte in Richtung weiterer Lebensentfaltung entstehen zu lassen.

Auf jeden Fall ist es uns immer ein Anliegen, dass Sie aus all dem, was Sie in dieser Woche erleben, erste konkrete, umsetzbare Pläne mit nachhause nehmen, und seien sie noch so klein.

Der erste Schritt ist immer fällig.

Inhalte der Seminarwoche

- Den Focus der Betrachtung bewusst auf die Freiräume in unserem Leben lenken
- Im Austausch mit mir und den anderen Teilnehmerinnen alternative Gestaltungsmöglichkeiten für das eigene Leben entwickeln
- Tief verinnerlichte, lebensbehindernde Muster bewusst machen und „umschreiben“
- Eine innere Haltung der Gelassenheit für Begrenzungen im eigenen Leben entwickeln
- Zukünftiges Leben planen und erste Schritte der praktischen Umsetzung entwickeln

Manches Mal verursachen Lebenskrisen die Notwendigkeit sich mit dem eigenen Leben neu auseinanderzusetzen und Korrekturen in der Gestaltung des eigenen Alltags vorzunehmen.

Unsere Arbeitsweise

- Mit kreativen, ganzheitlichen, gestaltpädagogischen Methoden
- Im Plenum, in Kleingruppen und Einzelphasen
- An den aktuellen Situationen der Seminarteilnehmerinnen
- Mit Übungen zur Körperwahrnehmung

Wir arbeiten in einer Umgebung, die zum Innehalten einlädt, einem Ort der Inspiration und Motivation.



Zielgruppe

Frauen, die ihre Handlungsspielräume in ihrem beruflichen und privaten Leben erweitern wollen.

Termin: Samstag, 26. August 2017, 18.00 Uhr bis
Samstag, 2. September 2017, ca. 10.00 Uhr

Wir arbeiten während der Seminarwoche an fünf Tagen, ein Tag steht zur freien Verfügung.

Leitung, Information und Anmeldung

Mag^a. Margit Kühne-Eisendle

Coach, Supervisorin, Gestaltpädagogin
Lebens- und Sozialberaterin
Organisationsentwicklerin
fon: 0664-264 56 01
mke@zoom-vision.com



Mag^a. Bärbel Hellerschmid

Gestalttherapeutin
Gestaltpädagogin, Volksschullehrerin
fon: 0650 923 45 03
praxis@baerbel-hellerschmid.at



Seminarkosten

Seminarbeitrag: € 600,--

Hotelkosten plus Verpflegung pro Person

Einzelzimmer mit WC/Bad + Vollpension € 630,--

Doppelzimmer mit WC/Bad + Vollpension € 465,--

Am freien Tag und dem Tag, an dem wir am Meer arbeiten, ist nur das Frühstück im Vollpensionspreis inkludiert.

Das Landhotel Villetta di Monterufoli liegt inmitten toscanischer Hügel ca. 40 km von Cecina und dem Meer entfernt. Es befindet sich 2 km abseits der Straße nach Canneto die Monteverdi Marittima und verfügt über sehr schöne Plätze rund um das Haus, die wir zum Arbeiten nützen werden. Wir waren schon 11x dort und fahren sehr, sehr gerne wieder an diesen schönen, inspirierenden Platz!

Anreise

Die Anreise muss selbst organisiert werden.

Wir sind den Teilnehmerinnen gerne dabei behilflich.