



# AKADEMIE

FÜR SOZIALE KOMPETENZ



## Schäm dich nicht und lebe!?

Vertiefung Gewaltfreie Kommunikation zu Schuld und Scham

Schuldgefühle und Scham hindern uns manchmal, zu tun was wir wirklich wollen. Sie blockieren unsere Energie. Von Herzen können wir nur geben, wenn wir selbst in unserer vollen Kraft sind. Wenn wir alte Schuldgefühle transformieren, wird neue Energie zum Handeln frei. Wir können unser Leben lustvoller gestalten und kommen immer mehr zu uns selbst.

- Schuldgefühle und Scham transformieren
- Neue Energie und Lust am Leben
- Hinderliche Glaubenssätze erkennen und lösen
- Sich selbst beste Freundin/bester Freund sein
- Prozesse üben und sich gegenseitig coachen

Wann: Fr 30.06. bis So 02.07.2017, Fr 14.00 Uhr bis So 16.00 Uhr

Wo: St. Martin bei Lofer

Beitrag: Euro 290,-- inkl. 20% USt.

Leitung: Dr. Karoline Bitschnau und Elisabeth Kirchberger

Anmeldung: Bitte bei Elisabeth Kirchberger  
[info@elisabethkirchberger.at](mailto:info@elisabethkirchberger.at)



**Dr. Karoline Bitschnau**  
A-5090 Lofer 378  
Tel. 0043 (0) 676 3834818

**Akademie für soziale Kompetenz**  
[info@akademie-bitschnau.at](mailto:info@akademie-bitschnau.at)  
[www.akademie-bitschnau.at](http://www.akademie-bitschnau.at)