



Empathie & Resilienz

Empathie gibt uns die Möglichkeit uns auf andere einzustellen, Anschluss zu finden: emotional und im Gespräch - und stärker noch: Beziehung und Verbundenheit aufzubauen und zu leben. Diese Seminarreihe gibt eine Möglichkeit sich in seiner empathischen Fähigkeit (neu) zu entdecken und eigenes bewusst oder unbewusst Verborgenes, unsere Geheimnisse und die der anderen, ans Licht bringen zu helfen und annehmen zu können.

Die dadurch gewonnenen Erkenntnisse, die entdeckten Gefühle und Bedürfnisse werden integrierbarer Bestandteil unseres Selbst und damit zur Ressource. Das kräftigt uns in unserer Resilienz.

Resilienz ist unsere Fähigkeit auch in herausfordernden Situationen gut bei uns und in Ruhe zu bleiben und damit selbst da unseren gesamten Erfahrungsschatz kreativ nutzen zu können. Die von uns gewählten Prozesse, die uns dabei voranbringen sollen, sind sehr vielschichtig. Daher haben wir uns auf ein paar Bereiche fokussiert, die wir selbst auf unseren andauernden Lernwegen umsetzen und vertiefen wollen. Und daraus ist diese Seminarreihe entstanden.

Termin-Überblick 2021

- 26. und 27. Feber - Empathie
- 2. und 3. April - Selbstwahrnehmung
- 30. April und 1. Mai - Körper & Berührung
- 21. und 22. Mai - Empathic Listening 1
- 9. und 10. Juli - Begegnung mit den Kellerkindern der Gefühle
- 6. und 7. August - Empathic Listening 2
- 3. und 4. September - Resilienz

Auf Anfrage bieten wir unsere Theorie-Teile auch auf Zoom an. Übungen, sind wir überzeugt, bieten den größten Lerneffekt in Präsenzform! Alle Seminare sind im Zyklus wie auch einzeln buchbar.

Seminarort

Am Bründlberg, Bründlberggasse 23, 2125 Neubau
Ganzheitlicher Entwicklungsraum für Empathie, Resilienz & Lebendigkeit

Mehr Infos

Klaus Seits, 06602135801, www.seitsconsult.at . www.originalplay.at
Andrea Scheuringer, 06604878634, www.gewaltfrei.at . www.freie-praxis.at