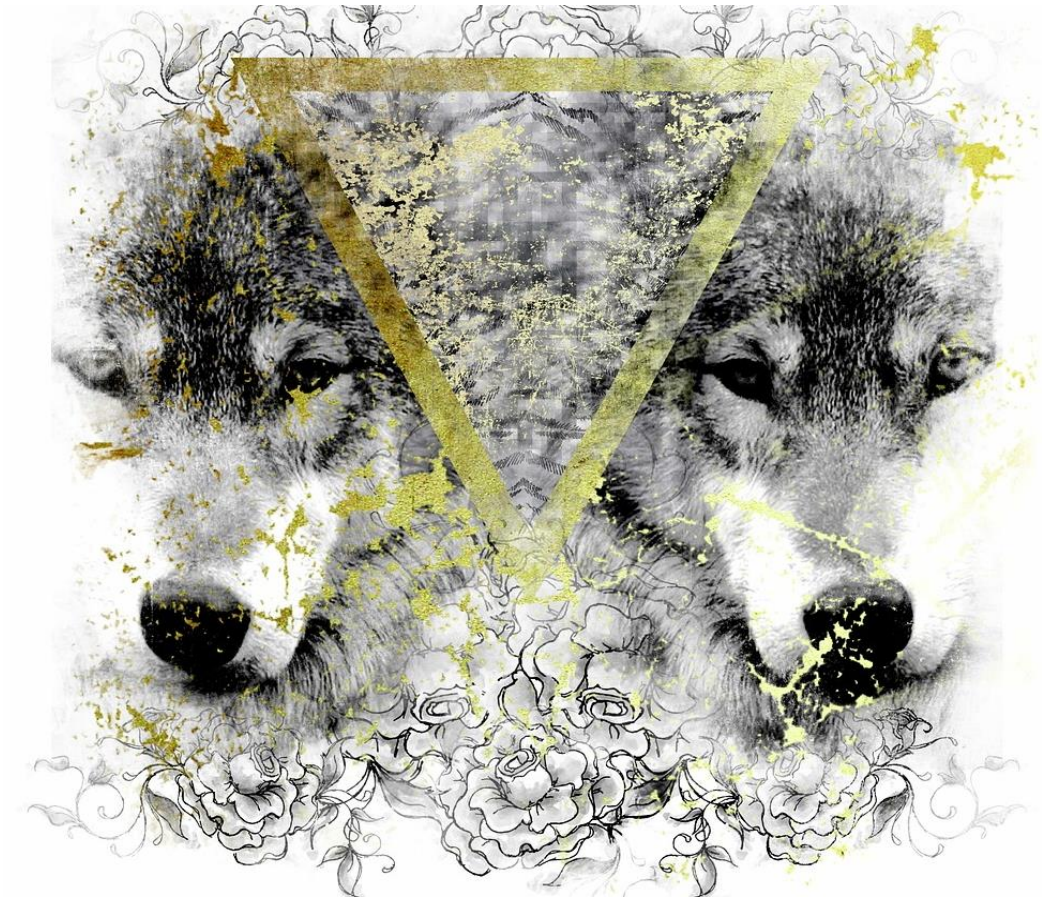
Die Schönheit eines NEINS

Sexualpädagogik in Verbindung mit den Zugängen der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Im Rahmen des Workshops geht es darum mit Leichtigkeit dem eigenen Nein nachzugehen. Wo und wie spüre ich denn ein Nein in meinem Körper? Und wie fühlt es sich im Gegensatz zu einem Ja an? Worum geht es mir konkret und welche Bedürfnisse stehen hinter meinem Nein? Natürlich will das Nein dann in seiner Ganzheit auch ausgedrückt werden. Eine Forschungsreise zu mir selbst und ein Entdecken der eigenen Körperweisheit.

Ziele:

- Klarheit über das eigene Nein zu bekommen
- In die eigene Kraft und Stärke zu gelangen
- Mit mir selbst in Verbindung gehen
- Die Verbindung zu anderen zu intensivieren



Datum und Zeit: 29.06.2024 15:00 – 17:30 oder 17.08.2024 15:00 – 17:30
Ort: Hans-Sachs-Gasse 12 (3. OG), 8010 Graz
Workshopleiterin: Mag.ª Katharina Tappauf BA

Maximal 8 Personen
Anmeldung und Fragen: katharina.tappauf@gmx.at
Kosten: € 25