

Gestalttherapie und Gewaltfreie Kommunikation

Thementag für Frauen und Männer

Inhaltliches

Wünschst du dir Austausch und Entwicklung? Einen achtsamen Rahmen, in dem du dich authentisch zeigen kannst? Wo dir aufmerksam und empathisch zugehört wird? Und einen Ort, sich wertschätzend zu begegnen?

An unserem Thementag im Gestaltinstitut Karlsruhe möchten wir diese Schwerpunkte setzen und eine Gelegenheit bieten, sich gemeinsam darin zu üben, sich zu erleben, in einen offenen Austausch zu gehen, zu wachsen ...

Wir arbeiten mit Übungen aus dem Bereich der Gestalttherapie und der Gewaltfreien Kommunikation – die Kraft der Gruppe und die Gemeinschaft unterstützen dabei, stärker in Kontakt mit sich und den eigenen Bedürfnissen zu kommen, sich authentischer zu zeigen und so auch mehr Glück und Lebensfreude ins Leben zu lassen.

Wir nutzen spielerische und kreative Methoden, um Gefühle, Erlebnisse und Konflikte zu verbalisieren, auszudrücken und zu vergegenwärtigen.

Dabei stehen aktuelle Erfahrungen und Gefühle im Vordergrund, wir konzentrieren uns auf das „Hier und Jetzt“.

Organisatorisches

Termine & Zeiten

Samstag, 23. Januar 2023
Von 10:00 bis 17:00

Ort

Gestaltinstitut Karlsruhe
Nowackanlage 15
76137 Karlsruhe
Öffentliche Verkehrsmittel

Essen & Trinken

Bitte bringt Euch Verpflegung mit oder nutzt in der Mittagspause einen der umliegenden Gastrobetriebe. Ein Kaffeeautomat und Wasserkocher für Tee sind im Haus vorhanden.

Kosten

Selbsteinschätzung nach deinen finanziellen Möglichkeiten zwischen 80 und 120€

Infos & Anmelden

Per Mail an

frank@empathieleben.de

oder

info@praxis-gestalttherapie-karlsruhe.de

Über uns

Uns verbindet eine langjährige Freundschaft, in der unsere Unterschiedlichkeit immer auch Quelle von Inspiration ist und uns auch dazu gebracht hat, in diesem Thementag unsere Kompetenzen zusammenzubringen.

Klaus Braun

Ich bin in eigener Praxis als Gestalttherapeut (GIF) tätig. Gestalttherapie heißt für mich, die Wahl haben, Ressourcen ans Tageslicht zu verhelfen und dem was wir wirklich wollen, und auch brauchen, auf oft überraschenden Wegen auf die Spur zu kommen. Heißt auch: Stets im Kontakt mit sich und anderen zu sein, Spontaneität und Spiel neu zu entdecken. Authentisch werden, erleben, sein, ...sein dürfen.

www.praxis-gestalttherapie-karlsruhe.de

Frank Noe

Zertifizierter Trainer für gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Selbständiger Dipl.-Ingenieur in der Informationstechnik, Ausbildung als Systemischer Coach (IF Weinheim).

Mehr über mich und meine Arbeit als Trainer: www.empathieleben.de

