



Mit Zuversicht neu starten

Zuversicht und eine positive Einstellung sind zwei ganz elementare Elemente, um eine Krise zu überstehen.

Sicherlich warst du in deinem Leben schon mehrmals in schwierigen Situationen. Auch wenn du damals wahrscheinlich gedacht hast „das schaffe ich nie!“, bist du am Ende durchgekommen und es ging dir wieder gut.

Überlege dir also: Was hast du damals gemacht, um das Problem zu bewältigen? Wie hast du reagiert? Wer oder was hat dich bei der Bewältigung unterstützt.

Unglücklich wird man:

- o wenn man nicht das lebt, was den eigenen Bedürfnissen und Wünschen wirklich entspricht
- o man etwas lebt, was einem andere vorschreiben, und man seine Handlungsfähigkeit und Eigenverantwortlichkeit an andere abgibt;
- o man sich falsche oder unpassende Lebensziele setzt;
- o man den Sinn des Lebens mit falschen Inhalten füllt und dann große Enttäuschung fühlt, weil einem dieses Leben keine Erfüllung bringt.“

Hast du schon eine Idee, was du tun kannst, vielleicht alte Pfade verlassen und neue Wege einüben? **Nein?**

Keine Sorge, nicht schlimm! Ich unterstütze Dich dabei!

Manchmal sind es auch „alte Konflikte“, die uns hindern „unser Potenzial“ zu leben. Du willst endlich wissen, wer du bist und was du brauchst? Dann mach heute den ersten Schritt und gönne dir ein Wochenende:

Lerne statt den Impulsen aus deinem Kopf, den Impulsen aus deinem Körper zu folgen.

Durch Körperübungen, durch ein neues Körper-Gewahrsein durchbrichst du alte Muster und Gewohnheiten.

Komme in Kontakt mit deiner ursprünglichen Bewegungslust und vertiefe mit körpertherapeutischen Methoden dein Körpererleben.

Du schaffst Vertrauen in dich selbst und klärst dein Selbstwertgefühl.

Kreativer Tanz, sanfte und kraftvolle Körperarbeit, Skulpturarbeit (die systemische Sichtweise wird in die Prozesse miteinfließen) Körperbewusstsein und Körperwahrnehmung schaffen dabei Zugang zu deinen Gefühlen.

Weitere wesentliche Inhalte sind prozessbegleitendes Schreiben und geführte Reisen.

Komm mache dich auf in einer Atmosphäre von Achtsamkeit und Respekt aber auch mit einem gehörigen Schuss Lebensfreude zwei Tage in einem Kreis von gleichgesinnten Frauen zu verbringen.

Frauen, die ihre Kraft und Power und auch ihre Verletzlichkeit spüren, um dadurch gestärkt wieder in den Alltag zu gehen.

Systemische Einzel-, Paar- & Familientherapeutin Tanz- und Ausdruckstherapeutin



Wo?
Seminarhaus Lindenhof
78532 Tuttlingen - Möhringen

Wann?
10. September.2021, Beginn 18:00 Uhr
12. September 2021, Ende ca.16:00 Uhr

Wie viel?
Seminargebühr 169,00 €
Zuzüglich der Kosten für Unterkunft und vegetarische Vollverpflegung

Anmeldung und Informationen:

veronika bohner
Steinerweg 50a
78239 Rielasingen-Worblingen
tel. 07731 - 3194790
info@veronikabohner.de
www.veronikabohner.de

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Kurs an „Mit Zuversicht neu starten“

Die Kursgebühren sollte vor **Kursbeginn** auf folgendes Konto überwiesen werden:
IBAN: DE48 6925 0035 0003 5825 33
BIC: SOLADES1SNG



.....
Telefonnummer

.....
E-Mail

.....
Vorname / Name

.....
Ort, Datum

.....
PLZ und Ort

.....
Straße und Hausnummer

.....
Unterschrift