

bernhard schlage

körperpsychotherapie, schriftstellerei



grundangstheilung

wir können vor unserer angst im leben nicht davon laufen.sie kehrt immer wieder. ob wir angst vor verlust unseres eigentums haben, uns ängstigen wegen familiärer sorgen, oder ob unser gesundheitlicher zustand uns ängstigt: angst wird in unserem leben auftauchen und wenn wir sie zu beruhigen versuchen, wird sie wieder kommen.

mehr noch, je mehr wir ängste vermeiden, in umso mehr bereichen unseres lebens wird sie erscheinen. wir können lernen für unsere ängste einen ausdruck zu finden. manche von uns haben gelernt, fröhlich zu sein, ihrer wut ausdruck zu verleihen und wir können unserer trauer einen platz in unserem leben einräumen.



an diesem wochenende wollen wir unsere wahrnehmung auf jene aspekte unserer lebenserfahrung richten, die uns angst machen UND wir wollen uns gegenseitig darin unterstützen, dieser angst platz zu geben und endecken, welchen wandel sie dann durchläuft.

höhepunkt des seminars wird - bei trockenem wetter - ein besuch des hannoverschen hochseilgartens sein und du wirst dich in 12 metern höhe auf einem tellergrossen podest wieder finden ... und springen ... wenn alles gut geht!

teilnehmerInnen an diesem kurs treffen sich am 31.08.und
01.09. 2013 um 10 uhr in der praxis. die dauer des kurses am
sonntag wird etwas von unseren erfahrungen beim springen
abhängen ... am samstag abend bitte ich darum, bis etwa 20 uhr
zusammen bleiben zu können, weil nach unserem kurstag der
instruktor des hochseilgartens zu uns kommen wird, um sich über
die zusammensetzung der gruppe ein bild zu machen.

der kurs kostet zwischen 120-150 € nach selbsteinschätzung sowie
30 € p.p. für die teilnahme im hochseilgarten. anmeldungen bitte
bis spätestens 26.07. 2013(!) an mich persönlich.

kontakt:

bernhard schlage
körperpsychotherapie, schriftstellerei

gemeinschaftspraxis kugel e.v.
in der steinriede 7, hofgebäude
30161 hannover
telefon & fax 05 11 / 161 42 11
e-mail: post@bernhardschlage.de
internet: www.bernhardschlage.de