

## Schäm dich nicht und lebe!?

### Vertiefung Gewaltfreie Kommunikation zu Schuld und Scham

Schuldgefühle und Scham hindern uns manchmal, zu tun was wir wirklich wollen. Sie blockieren unsere Energie. Von Herzen können wir nur geben, wenn wir selbst in unserer vollen Kraft sind. Wenn du alte Schuld- oder Schamgefühle transformierst, wird neue Energie zum Handeln frei. Du kannst dein Leben lustvoller gestalten und verbindest dich immer mehr mit deiner wahren Kraft.

Voraussetzung: Mindestens 10 Seminartage GFK.

Ziele/Inhalte:

- Schuldgefühle und Scham transformieren
- Arbeit mit dem Tanzparkett/mit Bodenankern
- Sich selbst beste Freundin/bester Freund sein
- GFK-Haltung stärken und vertiefen
- Neue Energie und Lust am Leben

Wann: 04.05. bis 06.05.2023  
Beginn Do 14.00 bis Sa 17.00 Uhr

Wo: Pfarrsaal Lofer

Seminarbeitrag: 460,-- Euro inkl. 20 % Ust.

Bei Übernahme der Kosten durch ArbeitgeberIn: 560,-- brutto  
Inklusive Getränke, Obst und Kaffee/Kuchen am Nachmittag.

Die Tage sind für die Zertifizierung nach CNVC und dem deutschen Fachverband anrechenbar.

Info/Anmeldung:  
Dr. Karoline Bitschnau-Dellamaria  
info@akademie-bitschnau.at

Tel. 0043 (0) 676 / 383 48 18  
www.akademie-bitschnau.at

