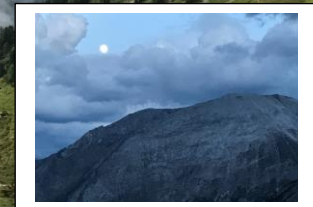
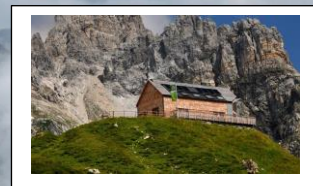


ABSTAND NEHMEN FREIRAUM SCHAFFEN



Termin 1: 31.05. bis 03.06. 2018

Termin 2: 27.09. bis 30.09. 2018

Franz Fischer Hütte, Zederhaus/Salzburg (2020 m)

Wir alle haben unsere Sorgen, belastende Gedanken, Trauer, Angst, Wehmut, Reue. Und das ist auch okay. Diese Gefühle müssen wir genauso ausleben können wie all unsere positiven Emotionen. Wenn wir traurig sind, kann man das nicht einfach abstellen, und dann hilft auch kein „Es ist jetzt nun mal, wie es ist.“ Aber manchmal hilft es, wenn wir ein bisschen Abstand zu unseren Sorgen bekommen. Wenn wir sie aus einer anderen Perspektive betrachten können. Sodass diese Gefühle nicht unser ganzes Leben beherrschen und uns gefangen nehmen.

Manches Problem lässt sich mit ein bisschen Abstand und einem Perspektivwechsel sogar lösen – weil wir mit einem anderen Blick darauf auch andere Möglichkeiten sehen.

Und einige Dinge, die wir eben nicht ändern können, lassen sich mit ein bisschen Abstand besser ertragen. Und vielleicht können wir unseren Gram dann auch irgendwann loslassen – und Platz schaffen für all das Gute, das das Leben sonst noch so bereithält.

€ 490,- pro Person (exkl. Übernachtung und Verpflegung)

Exklusivseminar in einer Kleingruppe von max. 10 Personen

Seminarleitung: Katrin Schnabel und Andreas Pirker

www.menschnabel.at
coaching | lebensberatung

Infos und Anmeldungen unter: Tel. 0664/5124242, katrin.schnabel@a1.net, www.menschnabel.at

10% des Erlöses dienen der Unterstützung des Vereines „great hope for children“
<http://www.pirker-mentaltraining.at/charity.html>