

# Intensivseminar „Begegnung“

Können wir noch wahrhaftig begegnen? Was heißt das?

In einer Welt, in der wir meinen immer weniger Zeit zu haben, Smalltalk halten zu müssen oder via Elektronik miteinander kommunizieren, wird wahre Begegnung immer seltener. Zudem versuchen wir uns stets von unserer besten Seite zu zeigen, agieren und reagieren in gewohnten Mustern und sprechen in Floskeln, um uns ja nicht von unserer verletzlichen Seite zu zeigen.

Oftmals gelingt es uns nicht einmal mehr uns selbst wahrhaftig zu begegnen. Wie auch, wir wissen gar nicht so genau wer wir wirklich sind. Stattdessen beschreiben wir uns selbst mit unserem Alter, unserer familiären und beruflichen Stellung, Hobbys oder allgemeinen Typisierungen.

Doch wer sind wir? Wer sind Sie? Wer bist Du?

Wie wir dem wieder näherkommen? Indem wir in Begegnung gehen; mit uns selbst und mit anderen Menschen, die ebenfalls den aufrichtigen Wunsch nach wahrhaftiger Begegnung verspüren. Menschen, die sich selbst wieder finden, besser kennenlernen oder näher kommen wollen, um ein Leben in Nähe statt Distanz zu leben. In Nähe zum eigenen Ich und in Nähe zu ihren Mitmenschen.

Dafür müssen wir üben wieder in (Be-) Rührung zu kommen, zu Vertrauen – ob uns selbst oder anderen – Mut zu fassen und bereit zu sein zu erleben.

## **Das erwartet Sie:**

- Ein Selbsterfahrungs-Intensivseminar, bei dem Sie sich selbst näherkommen
- Erfahrungen in einem geschützten Rahmen und innerhalb der Gruppe
- Die Gruppendynamik als entscheidender Impuls zur Entfaltung
- Ein geschützter Rahmen, Verschwiegenheit innerhalb der Teilnehmer
- Fokus auf das Erleben von Begegnung
- Exklusive (eigens von uns für dieses Seminar entwickelte) Tools, Methoden, Aufbereitung der Inhalte
- Dieses Seminar ist ausschließlich für Menschen gedacht, die bereit sind in Begegnung zu gehen und innere Berührung zuzulassen („Berührung“ bezieht sich nicht auf körperlichen Kontakt, die Grenzen werden hier gewahrt!)

## **Inhalte:**

- Innere und äußere Wahrnehmung
- (Innere) Nähe und Distanz
- Resonanz, Entwicklung, Veränderung
- Perspektivwechsel-/ erweiterung
- Was heißt Berührung, Begegnung?
- (Selbst-) Verantwortung
- Intensivierung des Lebensempfindens
- Kraft schöpfen (im Seminar und Alltag)
- Erleben, erspüren, ausprobieren
- (Innere) Impulse wahrnehmen, Vertrauen in sich selbst aufbauen