

**„Eigentlich bin ich ganz anders
– nur komm ich so selten dazu!“** (*Ödön von Horvath*)

Ein Seminar zur Selbststärkung und -orientierung

*Mo, 7. Mai 2018, 14.30 Uhr
bis Mi, 9. Mai 2018, 13.15 Uhr*

Bin ich wirklich so, wie ich sein könnte? Wie ich sein will?
Bin ich ICH selbst? Lebe ich *mein* Leben – oder werde ich gelebt?

In einem Wechsel von Einzel-Reflexion und Gruppenarbeit kommen Sie in diesem Seminar Ihren individuellen Antworten auf diese Fragen näher. Verschiedene Methoden, kleine Impulse und voraussichtlich auch Zeiten draußen im Freien werden Ihnen Anregungen dazu geben.

Im Vordergrund steht dabei die Auseinandersetzung mit den eigenen Werten, Bedürfnissen und Polaritäten. Der vertrauensvolle Austausch mit anderen kann darin unterstützen, sie klarer zu erkennen, und will dazu anregen, sie im Alltag bewusster und entschlossener zu leben.

*Veranstalter und Ort:
Josef-Gockeln-Haus, Rahrbach*

*Referent:
Michael Steiner, Bonn
Trainer und systemischer Coach (DGfC)
www.steiner-coach.de*