

„Den Sinn im Blick“ -

Existenzielles Coaching kompakt am Gardasee

8-tägige Einführung mit Selbstreflexion und Übungen

Termin: 18. September bis 25. September 2019

Das Existenzielle Coaching gibt uns Hilfestellungen bei zentralen Fragen des Lebens. Wie komme ich zu einem erfüllten Leben? Einem Leben, das ich als sinnvoll empfinde?

In dieser Einführung lernen wir in der wunderschönen Umgebung des Gardasees inmitten der Natur die Grundlagen des Existenziellen Coachings kennen. Wir beschäftigen uns mit den vier Grundmotivationen des Seins. Praktische Übungen aus dem Existenziellen Coaching werden vorgestellt, unter anderem das Prozessmodell. Diese Zeit am Gardasee wird Ihnen auch Raum zur Selbstreflexion geben. Was klingt in mir, wenn ich die Grundmotivationen durchschreite? Wo fühle ich mich gut aufgestellt, wo spüre ich Fragen in mir aufsteigen? Welche Fragen stellt das Leben gerade an mich?

Wir haben für diese Zeit einen wunderbaren Ort gewählt: ein kleines Bergdorf über dem Gardasee. Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe mit maximal 8 Teilnehmern in einem malerischen alten Rustico, einem privaten Bauernhaus, in dem wir ganz für uns sind, mit herrlichem Blick auf den See, gelegen in einem weitläufigen Wald-Grundstück abseits des Trubels. Die einzigartige Berglage lädt zu gemeinsamen Spaziergängen und Wanderungen ein, auf denen wir das Gehörte in der Natur nachklingen lassen wollen.

In dieser Woche laden wir zu regelmäßigen Meditationen ein.

Ein Angebot von Friederike Westerhaus und Anette Schirmer.

Anmeldung bis 15. Juni 2019 bei Friederike Westerhaus westerhaus@web.de

Mehr Infos unter <https://existenzielles-coaching-berlin.de/existenzielles->

c
o
a
c