

Spring über deinen Schatten! - Aus ungeliebten Persönlichkeitsanteilen neue Ressourcen gewinnen

Die strahlenden Seiten unserer Persönlichkeit zeigen wir gern. Doch was ist mit den Schattenseiten? Es scheint uns schwer zu fallen, diese zu akzeptieren. So schwer, dass wir sie unbemerkt ins Unbewusste verdrängen. Von dort beeinflussen sie unser Leben mehr als uns lieb ist. Dabei können laut der Psychologin Verena Kast gerade Schatten unser Leben sehr beflügeln: «Wenn es gelingt das Ungeahnte, das ein Schatten birgt, wahrzunehmen und zu akzeptieren, entwickelt sich der Schatten zur subversiven Lebenskraft.»

Im Schattenseminar (in Anlehnung an den Aufbaukurs 1 des Zürcher Ressourcen Modells) machen Sie auf lustvolle Weise Bekanntschaft mit Ihren Schatteneigenschaften. Sie lernen mit viel Humor, wie Sie aus ungeliebten Persönlichkeitsanteilen wertvolle Ressourcen entwickeln. Das Integrieren von bisher «verschatteten» Eigenschaften und Gefühlen setzt enorme Lebensenergie frei.

Das Seminar baut auf ZRM® auf: Sie brauchen unbedingt Grundkenntnisse und bringen Ihr bisheriges „Motto-Ziel“ mit!!

Inhalte und Ziele auf einen Blick:

- akzeptieren Sie Schritt für Schritt und mit sehr viel Spaß Ihre Schatten
- transformieren Sie bislang abgewehrte Schattenanteile in besondere Ressourcen
- schließen Sie Frieden mit Eigenschaften bei anderen Menschen, die Sie bisher «auf die Palme brachten» oder heimlich «beneidet» haben.

Veranstaltungsort	VNB Göttingen
Termin	10.05. + 11.05. 2019
Fortbildungszeiten	FR 10:00-17:00 Uhr SA 9:00- 16:00 Uhr
Gruppengröße	max. 12 Teilnehmende
Kosten	285,- €
Anmeldeschluss	15.04. 2019

Veranstaltung + Anmeldung:

Karina Hoßfeld
VNB Göttingen | Nikolaistr. 1c | 37073 Göttingen
karina.hossfeld@vnb.de
Tel.: 0551 – 507646-17

Leitung: Nadja Plothe

- Dipl.-Politologin
- Freiberufliche Trainerin
- Systemische Coach (DCV)
- Zert. Trainerin Zürcher-Ressourcen-Modell (ISMZ)
- Coach for the work (vtw)



Information + Fragen:

info@nadja-plothe.de
www.nadja-plothe.de