



Natürliche Präsenz

Spielerisch und mutig zu einer authentischen Persönlichkeit

20.-22.08.2021

(Beginn Freitag 16:00, Ende Sonntag 15:00)
Wandelhaus, Kinzigtal/Schwarzwald

Bea von Borcke

&

Carola Bambas - Schauspielerin, Theaterpädagogin, Coach

Im Alltag fühlen wir uns oft fremd gesteuert, verlieren den Kontakt zu uns, nehmen unsere eigenen Gefühle nicht mehr wahr. Damit geht auch unsere Ausdruckskraft verloren und mit der Zeit unser Selbstvertrauen. Erstarrt in Körper und Geist fehlt uns häufig der Mut, der Spaß und die Energie, Entscheidungen zu treffen und neue Wege zu gehen.

Der grüne Seminarraum ist eine wundervolle Lern- und Übungsplattform, Authentizität zu entwickeln, Selbstbewusstsein zu stärken und Präsenz zu üben.

In einem typischen Schwarzwaldhaus, umgeben von einer wundervollen, idyllischen Szenerie lassen wir uns von der Natur und ihren Botschaften inspirieren. Wir reaktivieren unsere kindliche Spielfreude, so dass wir uns mit Spaß und Selbstgenuss öffnen können und ohne Bewertung von richtig und falsch über uns hinauswachsen. In der Natur üben wir den achtsamen Umgang mit uns selbst, schulen die Wahrnehmung unserer Sinne, Gefühle und Gedanken. Durch angeleitete Improvisationen erproben wir, welche inneren und äußeren Handlungen zu mehr Präsenz und Ausdruck führen können.

Eine gute verbindende Kommunikation, die aus dem Herzen spricht, erleichtert uns das Miteinander in der Alltags- und Berufswelt. Durch unsere eigene Lebenslust und Lebenskraft sind wir stark. Für uns und andere!

Kursgebühr: 280€

zzgl. ÜN + vegetarische Verpflegung: ca. 65€/Tag (je nach Unterbringung - Abrechnung direkt mit dem Wandelhaus), in DZ-Belegung oder Mehrbettzimmer

Anmeldung: beavonborcke@gmx.de oder telefonisch/WA unter 01718317724