



## Wohlfühlen-Grenzen klären Auf mich/einander achten

### SEMINAR

Spielerisch und in der Theorie erfahren wir an- und miteinander einiges über angenehme Formen der Verständigung; Körper, Begegnung. Wie entsteht so etwas wie Beziehung? Beim ersten Augenkontakt? Beim Riechen? Horchen? Noch anders? Kann es sein, dass innerhalb der ersten halben Sekunde einer Begegnung für mich feststeht, wie ich mich mit meinem Gegenüber fühle? Wie machen Babies das? – Was sind Spiegelneurone? Wie kommt es, dass ich fühle, wie es dem anderen gerade geht? Was hat das für Vorteile? Wie entsteht Lachen? Was kann das Lächeln bewirken? Wie finde ich, ohne es eigentlich zu wollen, doch mein am besten stimmiges Gegenüber in einer Gruppe? Wenn

das auch noch angeboren ist, muss es wohl sehr wichtig für uns alle sein. Das können wir mühelos herausfinden. Auch unsere Wohlfühl-Grenzen. Ohne Grenzen geht kaum etwas gut. Denn Grenzen sind Orientierung und Kontakt. Jemand Schüchtern fasst Vertrauen, das Selbstbild steht im Vergleich zu dem, was andere von mir zu sehen glauben. Hier ist Raum für Experimente, denn der Trainer ist dabei, hilft weiter, unterstützt und findet Strukturen, die Zufriedenheit ermöglichen.

#### METHODEN

Beziehungsspiegelung nach Michael Balint, analytische Körperarbeit nach Alexander Lowen und Waldefried Pechtl.

#### TERMIN

Samstag, **18.11.2017**, bis  
Sonntag, **19.11.2017**

#### UHRZEITEN

Samstag, 09.00–22.00 Uhr  
Sonntag, 08.00–16.30 Uhr

#### BEITRAG

€ 200,-

#### REFERENT

Dr. Volkmar J. **Ellmauthaler**, Wien  
Universitätslehrer, Erwachsenenbildner,  
Medizinpsychologe  
[www.medpsych.at](http://www.medpsych.at)

#### ZIELGRUPPE

Für jene, die sich mit dem Thema Beziehung beschäftigen wollen.

#### ORGANISATION

Mag.ª Patricia Freithofnig

#### ANMELDESCHLUSS

08. November 2017

**Anmeldung:**

[bildung@stift-stgeorgen.at](mailto:bildung@stift-stgeorgen.at)

