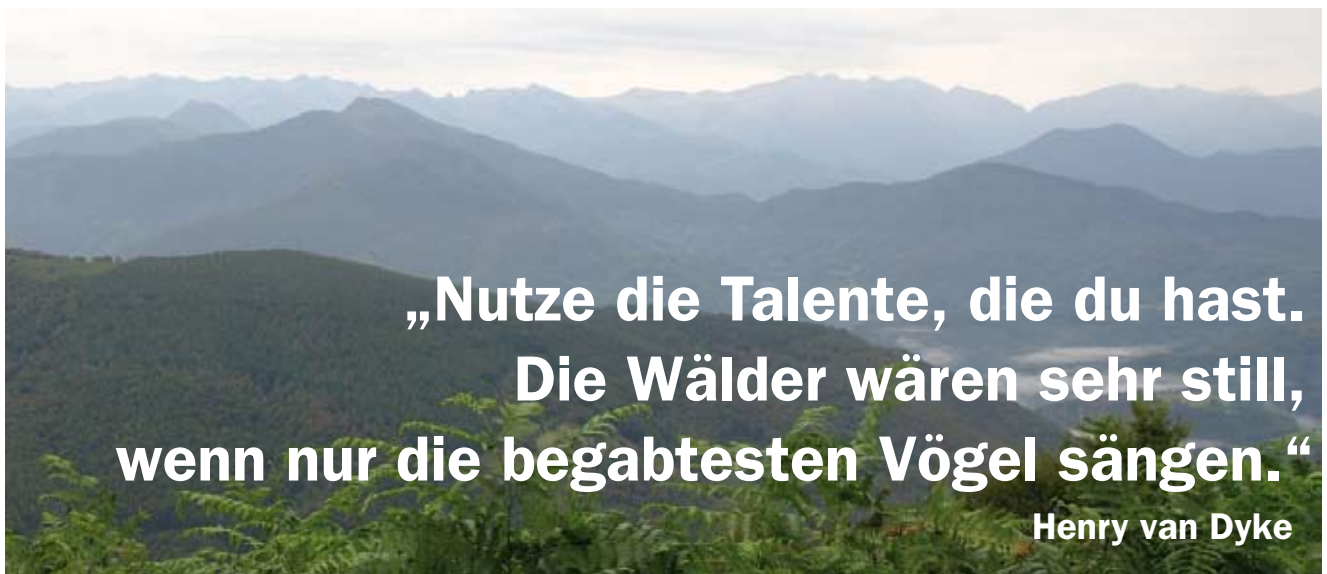


Grandios. Unerschrocken. Lebendig.

Eine Entdeckungsreise für Heldinnen



Die Heldin verlässt die gemeine Welt des Alltags und lässt sich auf das Abenteuer der Selbstentdeckung ein. Dort trifft sie auf wohlmeinende Helfer, verbindet sich mit ihren Talenten, Stärken und Fähigkeiten und stellt sich ihren inneren Widerständen und Ängsten.

Aus diesen Begegnungen tritt sie gestärkt hervor. Ihrer Essenz bewusst, erschafft sie ihre Lebens-Vision, plant deren Umsetzung und kehrt mit Geschenken der Weisheit und Kraft in den Alltag zurück, um ihre Träume wahr zu machen.

Sinnvoll selbstbestimmt leben

Wo stehe ich? Wohin soll meine Lebensreise gehen?

Was ist mir wirklich wichtig?

In der Hektik des Alltags verlieren wir häufig den Blick auf das Wesentliche. Dieses Seminar für Heldinnen gibt Ihnen die Gelegenheit, sich fünf Tage lang ganz auf sich selbst und Ihre Lebensziele zu konzentrieren.

Jede von uns hat in ihrem Innersten ein tiefes Verlangen, einen Traum oder ein bestimmtes Potenzial, das gelebt werden will. Ignorieren wir dieses Lebensthema, werden wir unzufrieden und unglücklich. Folgen wir jedoch diesem Ruf, gewinnen wir daraus eine enorme Kraft, mit der wir unser Leben sinnvoll und selbstbestimmt gestalten können.

In diesem Seminar laden wir Sie dazu ein, in sich zu gehen und den Dingen nachzuspüren, die Ihnen wirklich wichtig sind. Im Kreise Gleichgesinnter finden Sie die nötigen Fähigkeiten und Kräfte, um Ihre Ziele zu verwirklichen und mutmaßliche Hindernisse in Ressourcen umzuwandeln. Am Ende dieser Abenteuerreise zum Selbst gehen Sie gestärkt, inspiriert und motiviert in die Welt hinaus, um Ihren Lebenstraum zu leben.

Die Inhalte

Das Seminar "Grandios. Unerschrocken. Lebendig." orientiert sich an den Stufen klassischer Heldenreisen, wie sie von Joseph Campbell in "Der Heros in tausend Gestalten" beschrieben wurden.

Die Themen und Symbole, die in den Geschichten aller Kulturen und Zeitalter immer wieder vorkommen, spiegeln tief liegende innere Wahrheiten wieder. Die Stationen der Heldenreise sind eine Metapher für die Abschnitte unserer inneren Verwandlung, Entwicklung und Entfaltung.

"Die erste Tat des Helden ist es, sich vom Schauplatz der Erscheinungen ... zurückzuziehen und die ursächlichen Zonen der Seele aufzusuchen, wo die wahren Schwierigkeiten liegen, um dort die Hemmnisse aufzuklären und bei sich selbst ... zu überwinden." (Campbell, 1999, S. 26)

Methodik

- * Coaching-Tools
- * Methoden aus der Theater-Pädagogik
- * Kunsttherapeutische Übungen
- * Gruppenarbeit, Paararbeit, Einzelarbeit
- * Rollenspiele
- * Geschichten

Das Tourpaket

Die Abenteuerreise ins Unbekannte dauert fünf Tage. Jeder Tag ist einem bestimmten Abschnitt Ihrer Heldinnenreise gewidmet. Schritt für Schritt begleiten wir Sie auf Ihrer Reise ins Ich, auf der Sie Ihre Lebens-Vision entdecken und diese Vision verwirklichen lernen.

Wir arbeiten etwa sechs Stunden täglich zusammen. Der Rest der Zeit steht zur freien Verfügung, um das Erfahrene zu vertiefen, mit der Seele zu baumeln oder sich mit Ihren Mitreisenden auszutauschen.

Die Reisegruppe umfasst 6 bis 12 Heldinnen, die sich gemeinsam auf diesen spannenden Weg machen und sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.

Unser Angebot

- * 5 Seminartage á 6 UE
- * an einem Ort Ihrer Wahl (gerne machen wir Vorschläge oder unterstützen Sie bei der Suche)
- * begleitet durch zwei erfahrene Trainerinnen

Die Reisebegleiterinnen



Petra Hennrich

Systemische Coachin, Trainerin, Grafikerin, Autorin

Tel: +43 660 34 09 471

E-Mail: ph@petrahennrich.at

Homepage: www.petrahennrich.at

Petra Hennrich, geboren 1969, ist eine sehr neugierige Person. Dieser Neugier spiegelt sich auch in ihrem abwechslungsreichen Berufsweg wieder. Heute unterstützt sie ihre Klientinnen dabei, ihre eigenen Wege einzuschlagen und Träume zu verwirklichen.

Ihre größten Abenteuer bisher: ein Sprung aus 4.000 Metern Höhe aus einem Flugzeug (mit Fallschirm; Mai 2010) und der Sprung in die Selbständigkeit mit ihrem eigenen Coaching-Laden (ohne Fallschirm; August 2010).



Gabriele Haselberger

Bewegungsanalytische Therapeutin, Journalistin, Körpertherapeutin

Tel: +43 676 723 73 05

E-Mail: gabriele.haselberger@chello.at

Homepage: www.gabriele-haselberger.at

Gabriele Haselberger, geboren 1962, ist in ihrem Leben immer wieder der Begeisterung gefolgt. Diese hat sie über die Profession der Journalistin zu ihrer Arbeit als Bewegungsanalytische Therapeutin geführt.

Ihr Motto: *„Menschen auf ihrem Weg zu begleiten, um in ihre Kraft, ihre innere und äußere Beweglichkeit und Begeisterung zu kommen.“*
Theaterspielen, Fotografieren und die Natur sind dabei wichtige Begleiter.