

Wochenend-Workshop

17 - 19. Juni 2022

Berlin

# Mehr Zufriedenheit

## Das kindliche innere NEIN überwinden

Meist sind wir uns des NEINs, das wir in uns tragen, nicht bewusst. Wir spüren es vielleicht als inneren Widerstand, als Unzufriedenheit, fehlende Spontaneität oder als Blockierung unserer Lebensfreude.

Entstanden ist das NEIN als Reaktion auf frühe Verletzungen und schmerzhaftes Erlebnisse. Es verbleibt ungeheilt wie eine innere Kontraktion in Seele und Körper. Das NEIN ist ein Protest gegen diese Traumatisierungen und es verfestigt sich in inneren negativen Überzeugungen, die ein Leben lang unbewusst wirken können und damit die Fähigkeit zu Lebensfreude und Zufriedenheit vermindern. Dieses NEIN macht hart, unzufrieden und unfrei in der Beziehung zu anderen Menschen und zu sich selbst.

In diesem Workshop wollen wir den Teilnehmer\*innen dabei helfen, diesem inneren NEIN, das sich auch in Stolz, in Eigensinn oder auch in Furcht äußert, auf die Spur zu kommen. Die darin enthaltene Negativität soll ans Licht gebracht und zu mehr Zufriedenheit und Lebensfreude transformiert werden.

Neben gruppodynamischen Prozessen und energetischer Körperarbeit wird auch individuelle Prozessarbeit Teil unserer Arbeit sein.

Im geschützten und wertschätzenden Rahmen der Gruppe kann Selbstwahrnehmung gefördert, können neuer Erfahrungen gemacht und Verhaltensalternativen ausprobiert werden.

---

Die Reservierung eines Platzes erfolgt über die Zahlung der Kursgebühr:  
Klaus Stinshoff, APO Bank Berlin, IBAN: DE77 3006 0601 0101 8815 58,  
BIC: DAAEDEDXXX. "Zufriedenheit"

Berlin

Freitag 17.06.

16 - 19 und 20 - 21:30h

Samstag 18.06.

10 - 13 und 15 - 19h

Sonntag 19.06.

10 - 13 und 14 - 16h

Teilnahmegebühr € 350,-

### Leitung

Anna Timmermans und Klaus Stinshoff leiten diesen Workshop. Sie arbeiten seit 1999 in Gruppen- und Paar-seminaren zusammen und unterrichten in dem Core-Energetic Training in den Niederlanden.

