

Wahrnehmung – Berührung – Kontakt

Vom Gegeneinander zum Miteinander

Erlebnisseminar für Dich

Am 25.-26. Mai 2024 Schlatt bei Schaffhausen CH



Deine innere Haltung und deine Wahrnehmung bestimmen die Qualität deiner Kontakte, deiner Berührungen, deines Erlebens. Egal ob freundschaftlich, partnerschaftlich, beruflich.... die Qualität des Zusammenseins hängt von der eigenen inneren Haltung und von der Fähigkeit ab, wirklich da und mit dem anderen und sich selbst in Kontakt zu sein. Kontakt schafft Vertrauen und öffnet so einen Raum für ein entspanntes, angenehmes, genussvolles Miteinander.

Innere Haltung beinhaltet für mich:

Absichten, Wertschätzung, Annahme, Akzeptanz, Verurteilung, Offenheit, Erwartungen, Anspannung, Wollen, Wahrnehmung, Präsenz.....

Die gleiche Berührung kann sich je nach Inhalt

z.B. Absicht/Manipulation oder liebevolle Wertschätzung total unterschiedlich anfühlen.

WIE ist wichtiger als WAS!

Im Seminar werden wir ein Bewusstsein dafür entwickeln mit welcher inneren Haltung mir mein Gegenüber begegnet und wie sich das anfühlt. Gleichzeitig werden wir uns der eigenen inneren Haltung und deren Wirkung bewusst.

Es geht nicht um manipulative Techniken, sondern darum, zu erkennen, wie stark mein inneres Empfinden meine zwischenmenschlichen Kontakte beeinflusst und dass durch Präsenz, Wertschätzung und Offenheit echter Kontakt und liebevolles Miteinander erst möglich werden.

Seminarinhalte:

- Verfeinerung der Wahrnehmungsfähigkeit
- Offener, ehrlicher Kontakt mit dir und anderen
- Verschiedene innere Haltungen erleben und ausprobieren
- Miteinander vs. Gegeneinander/Kontrolle
- Grenzen spüren und setzen
- Verschiedene Qualitäten von Berührung erleben

Auch in diesem Seminar ist mir wichtig, dir persönliche Erfahrungen zu ermöglichen und Inhalte erlebbar zu machen.

Ich freue mich darauf, dich in die feine Welt von Wahrnehmung, Berührung und Kontakt zu begleiten.

Herzlichst Karl-Heinz

Termin

25.-26. Mai 2024

Samstag 10:00 – 18:00 Uhr

Sonntag 10:00 – 16:00 Uhr

Ausgleich

240 CHF

Seminarort

Yoga im Paradies

Gewerbezentrum Paradies

Diessenhoferstrasse 14 A

CH-8252 Schlatt TG

Mitzubringen

Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, evtl. Sitzkissen

Organisation und Anmeldung

Susann

Mobil: +41 (0) 78 250 04 92

susann@zauberdesseins.com

Seminarleitung:

Karl-Heinz Köpf

Seminarleiter / Trainer

Heilpraktiker

Dipl. Wirtschaftsingenieur



**Informationen zu weiteren
Seminaren und Angeboten unter:**

www.karl-heinz-koepf.de