

Was ist meins? Was ist deins?

Lerne Dich sensitiv abzugrenzen!



Ort: **Egolzwil/Wauwil LU**

Zeit: Mittwoch von 08:30-11:15

Daten: **26.01 / 09.02 / 16.03 / 13.04 / 18.05 / 08.06 / 29.06**

Kosten: Sfr. 75.— / pro Übungseinheit
Kleingruppe: max. 6 Personen.

Anmeldung: Priska Kurmann

Medium & Ausbilderin

077 424 71 11

www.schulhausellbach.ch

www.facebook.com/priska.kurmann.735/

Fühlst Du dich oft ausgelaugt und energielos? Kann es sein, dass DU mit Problemen beschäftigst bist die gar nicht **DEINE** sind?

Oft nehmen wir sensitiv eine Stimmungen wahr, mit der wir uns unbewusst identifizieren. Je besser du mit der sensitiven Wahrnehmung umgehen kannst, umso besser kannst du dich von **Personen & Situationen & Themen** abgrenzen. Du bleibst zentriert in deiner Mitte.

Möchtest du gerne verstehen

- **wie deine Sensitivität funktioniert?**
- **wie du deine Sensitivität kontrollieren kannst?**
- **wie du die Stärke und das Potential deiner Sensitivität einsetzen kannst?**

In einer Kleingruppe schulen wir unsere sensitive Wahrnehmung. Mit vielen praktischen Übungen lernst Du

- deine Hellsinne kennen
- der Wahrnehmung zu vertrauen
- in deiner Kraft zu bleiben
- fremde Einflüsse abzugrenzen
- die Sensitivität als Ressource ins Leben zu integrieren.

Der Kurs eignet sich auch als Vorbereitung für eine mediale Ausbildung.