

# Mann sein – und trotzdem glücklich

## Wochenendseminar für Männer

### Inhaltliches

In unserem Wochenend-Seminar treffen sich Männer, um sich zu erleben, sich auszutauschen und zu wachsen...

Die Kraft der Gruppe, die Unterstützung durch die anderen Männer, Übungen aus dem Bereich der Gestalttherapie und der Gewaltfreien Kommunikation können dich dabei unterstützen, stärker in Kontakt mit dir und deinen Bedürfnissen zu kommen, dich authentischer zu zeigen und so auch mehr Glück und Lebensfreude ins Leben zu lassen.

Wir nutzen spielerische und kreative Methoden, um Gefühle, Erlebnisse und Konflikte zu verbalisieren, auszudrücken und zu vergegenwärtigen.

Dabei stehen aktuelle Erfahrungen und Gefühle im Vordergrund, wir konzentrieren uns auf das „Hier und Jetzt“.

### Organisatorisches

#### Termine & Zeiten

29. April bis 1. Mai 2022

Von Freitag 17:00 bis Sonntag 15:00

#### Ort

Naturfreundehaus Besenfeld (Schwarzw.)

Anfahrt: Pkw/Mitfahrgelegenheit oder Öffentliche Verkehrsmittel

#### Essen & Trinken

Wir bereiten die Mahlzeiten gemeinsam zu; Lebensmittel werden gestellt. Getränke sind im Haus vorhanden, werden nach Verbrauch abgerechnet und tragen zur Finanzierung des NF-Hauses bei.

#### Mitbringen

Schlafsack oder Leintuch + Bett- und Kissenbezüge, Handtücher, Hausschlappen

#### Kosten

Selbsteinschätzung nach deinen finanziellen Möglichkeiten zwischen 150 und 250€

#### Corona

Entsprechend den dann geltenden Regeln

#### Infos & Anmelden

Per Mail an [frank@empathieleben.de](mailto:frank@empathieleben.de)

### Über uns

Uns verbindet eine langjährige Freundschaft, in der unsere Unterschiedlichkeit immer auch Quelle von Inspiration ist und uns dazu angeregt hat, in diesem Seminar unsere Kompetenzen im Bereich Gestalttherapie und Gewaltfreier Kommunikation zusammenzubringen.

#### Klaus Braun

Ich bin in eigener Praxis als Gestalttherapeut (GIF) tätig. Gestalttherapie heißt für mich, die Wahl haben, Ressourcen ans Tageslicht zu verhelfen und dem was wir wirklich wollen, und auch brauchen, auf oft überraschenden Wegen auf die Spur zu kommen. Heißt auch: Stets im Kontakt mit sich und anderen zu sein, Spontanität und Spiel neu zu entdecken. Authentisch werden, erleben, sein, ...sein dürfen.

[www.praxis-gestalttherapie-karlsruhe.de](http://www.praxis-gestalttherapie-karlsruhe.de)

#### Frank Noe

Zertifizierter Trainer für gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Selbständiger Dipl.-Ingenieur in der Informationstechnik, Ausbildung als Systemischer Coach.

Mehr über mich und meine Arbeit als Trainer: [www.empathieleben.de](http://www.empathieleben.de)

