

BodyNVC®

oder

Die Kunst deinen Körper zu kennen



Spüre deine Zellen...

Gewaltfreie Körper Kommunikation

mit Sabine Geiger

Freitag, 18.09. – Sonntag, 20.09.26

Kath. Gemeindesaal St. Maria
Blumenstraße 27
71409 Schwaikheim

Viele erleben Gewaltfreie Kommunikation als wertvollen und kraftvollen Lebensweg. Gleichzeitig gibt es Menschen, die sich nach einem mehr körperlichen Prozess sehnen, mit weniger Worten. Genau das bietet BodyNVC.

Die Weisheit des Körpers

Dein Körper speichert alle Erfahrungen in den Zellen. Wenn wir Zugang zu dieser kostbaren Information haben, können wir uns selbst und andere Menschen besser verstehen. Der Körper ist also ein wunderbarer Schlüssel zu Verbindung und Verständnis.

Mit allen Sinnen

In diesem Seminar richten wir den Fokus auf unsere intuitive Weisheit. Um mit unseren Bedürfnissen in Kontakt zu kommen, nutzen wir alle Sinne. Wir gehen auf eine Entdeckungsreise, sie geht wie von selbst. Experimentieren, gemeinsam, spielerisch.

Was BodyNVC® bietet

Die Botschaften des Körpers erforschen, Unterstützung bei der GFK-Arbeit erhalten und viele Übungen mit nach Hause nehmen. Und dabei auch noch Spaß haben.

Abwechslungsreiches Programm

Tanz mit Musik und freie Bewegung wechseln sich ab mit Meditation, Visualisierung und kreativem Ausdruck. Integriert werden die individuellen Erfahrungen in kleinen und großen Gesprächsrunden.

„Ich bin immer noch ganz erfüllt von alledem was an diesem Wochenende entstand. Mich durch die Augen Anderer in liebevoller Güte zu erkennen, das hat mich tief berührt.“ - Elisabeth Z., Berlin

„Ich gehe mit viel Vertrauen nach Hause. BodyNVC ist für mich der Schlüssel für die Öffnung zu Veränderung.“ - Helga N., Hamburg

Zeiten: Freitag, 18.09. von 18:30 – 21:30 Uhr
Samstag, 19.09. von 10:00 – 18:00 Uhr
Sonntag, 20.09. von 10:00 – 16:30 Uhr

Kosten: € 290 – € 550 (nach eigener Einschätzung und Verfügbarkeit und die Bedürfnisse Aller einbeziehend)

Anmeldung: bei Jana Großmann, dialog@wirksam-begleiten.de
Mobil: +49 157 56840962

Verpflegung: Tee, Wasser, kleine Snacks gibt es vor Ort.
Für die Mittagspause darf gerne etwas für ein buntes Büfett mitgebracht werden.

Für die Teilnahme am Seminar sind keine GFK-Vorkenntnisse nötig.

Ich freue mich auf offene Herzen und eine inspirierende Zeit!
Sabine



Sabine Geiger ist Psychologin, zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Assessorin bei CNVC. Seit über 30 Jahren leitet sie Gruppen in Bewusstseinsarbeit. Ihr Buch *Empathie als Schlüssel* mit BodyNVC® Kapitel erschien im September 2015 im Beltz Verlag. Weitere Infos: SabineGeiger.de