

## Jahresgruppe Holotropes Atmen und spirituelle Praxis

Kursgebühr 350.00 pro Modul  
Ü/V: gemäss Preisliste Kientalerhof

Anmeldung und weitere Informationen:  
[www.holotrop-atmen.ch](http://www.holotrop-atmen.ch)  
[www.chienuhus.ch](http://www.chienuhus.ch)

Wir werden uns in einer festen Gruppe in 6 Modulen den eigenen Lebensthemen stellen und Heilungsschritte in der Tiefe erfahren. Eine gleichbleibende Gruppe unterstützt dabei die individuelle Entwicklung und lässt Erfahrungen auf einer tieferen Ebene zu. Gleichzeitig befassen wir uns mit schwierigen Gefühlen, und lernen einen heilsamen Umgang damit. In angeleiteten und stillen Meditationen nähern wir uns dem grossen Geheimnis.

**Modul 1: Wege des Bewusst-Seins**

**Modul 2: Verzeihen und Mitgefühl**

**Modul 3: Scham und Schuld**

**Modul 4: Von alten Strukturen zur Essenz**

**Modul 5: Trauer, Loslassen und Wandel**

**Modul 6: Das innere Leuchten**

Start einer neuen Jahresgruppe:  
23. - 26.10.2022

**Weitere Termine & Gruppen: [holotrop-atmen.ch](http://holotrop-atmen.ch)**



## Weiterbildung für Fach- und Führungskräfte Teambildungsprozesse



Anmeldung und weitere Informationen:  
[www.breath-essence.ch](http://www.breath-essence.ch)

Eine gute Fach- und Führungskraft zu sein bedeutet heute neben fachlichen Skills auch, mit unterschiedlichsten Menschen, Persönlichkeitsstrukturen und Vorgaben zurecht zu kommen, und dabei gleichzeitig in Stresssituationen gute Entscheidungen zu treffen. Eine starke Persönlichkeit wird dabei vorausgesetzt. Wenn wir aus unseren alten, in der Kindheit erworbenen Mustern heraus agieren, wird dies oft destruktiv für das Team und unsere Aufgabe.

In dieser Seminarreihe bieten wir Dir die Möglichkeit, anhand praxisbezogenen Themen aus Deinem Alltag, Deine Persönlichkeit weiter zu entwickeln. Wir verbinden dazu theoretische Fachthemen mit der vertiefenden Technik des holotropen Atmens, um so alte Muster zu erkennen und Deiner Essenz näher zu kommen.

Ziel ist, in betrieblicher und privater Kommunikation lösungsorientiert und verantwortlich zu agieren, Konflikte zu erkennen und sie durch persönliches Verhalten für andere und sich selbst zu einer gewinnbringenden Ressource werden zu lassen.

Breath Essence eignet sich für Einzelpersonen,  
Kleingruppen und Teams.

**Termine auf Anfrage: [breath-essence.ch](http://breath-essence.ch)**