



Ein Tag,
... um die Wut zu würdigen
... um der Wut einen guten Platz zu geben

von und mit

**Physiotherapeutin Sabine Auer &
Dipl. Psych. Heike Rohmann-van Wüllen**

am **16. November 2013**

von 9:00 bis 17:00 Uhr

in der Praxis Hasenclever:

Rheindorfer Weg 2, 40591 Düsseldorf

Kosten

Inklusive „wutgerechtem“ Mittagsimbiss auf Anfrage

Seminartag: WUT TUT GUT

Jeder kennt sie. Keiner will sie. Viele haben Angst vor ihr. Auch gesellschaftlich ist sie geächtet, so dass Sie vielleicht noch nicht einmal wissen, wie sich Ihre eigene Wut anfühlt. Dementsprechend wird die unglaubliche Kraft der Wut nicht erkannt und auch nicht genutzt. Diese Kraftquelle steht uns zur Lösung vieler Aufgaben nicht zur Verfügung. Ziel des Seminartages ist es, sich mit der Wut als Ressource auseinander zu setzen und ihr einen angemessenen und sicheren Platz zu geben.

Für Menschen, die erfahren wollen:

- Welche Geschichte hat meine Wut und welchen Stellenwert gebe ich ihr?
- Welche körperliche und gesundheitlich Be-Deutung hat sie für mich?
- Wie komme ich ihr auf die Spur, wie kann ich sie spüren?
- Welche Aufgaben hat meine Wut oder Wutvermeidung?
- Welches Potenzial steckt in meiner Wut?
- Wie kann ich neu und anders mit ihr umgehen?
- Wie kann ich ihr Potenzial und ihre Kraft nutzen?

Was Sie erwartet:

In diesem Seminar bekommen Sie von uns individuelle Begleitung. Wir gehen mit Ihnen in die Tiefe und geben Ihnen ganz konkrete Tipps und Hinweise zu Ihrer persönlichen Entwicklung. Wir arbeiten mit:

- Rollenspielen, um mit dem eigenen körperlichen und seelischen Zustand in Kontakt zu kommen
- vielen Einzel- und Gruppenübungen zur Selbsterfahrung
- kurzen Theorie-Inputs
- systemischer Arbeit zur Klärung innerer und äußerer Zusammenhänge

„Ein gewisser Ludwig van B. schrieb aus Wut über einen verlorenen Groschen ein Klavierstück gleichen Namens. Doch die ganze Zeit lag der Groschen unter seinem Klavier.“
(B.Hellinger)