

Heraus aus der Opferfalle Über den Umgang mit Opfergefühlen – Vortrag

Wir alle fühlen uns immer wieder als Opfer unserer Mitmenschen oder bestimmter Gegebenheiten. Oftmals scheint es so, als ob wir vom Schicksal benachteiligt seien. So fühlen wir uns zuweilen ausgegrenzt, ungeliebt oder weniger erfolgreich. Andere hingegen scheinen ständig auf der Sonnenseite des Lebens zu stehen, bevorzugt zu werden oder einfach mehr Glück zu haben. Die Referentin geht darauf ein, wie aufrecht erhaltene Opfergefühle unser Leben und unsere Beziehungen beeinflussen und oftmals in einen Kreislauf von Kränkung, Selbstabwertung und Misstrauen münden. Es werden Wege besprochen, wie wir aus diesem Kreislauf wieder aussteigen und uns von vermeintlichen Ohnmachtsgefühlen der Opferrolle lösen können.



Referentin: Angelika Rosina Popp,
Diplom-Sozialpädagogin (FH),
Körperpsychotherapie (HPG),
Energetisches Heilen, Beratung,
Lehrerin für spirituelles Heilen

Termin: 20.09.2012 von 19:30 – ca. 21:00 Uhr
Kursgebühr: € 15,-
Referentin: Angelika Rosina Popp

Biodynamische Massage nach Gerda Boyesen

Heilsame Entspannung und Stressbewältigung Tagesworkshop Biodynamische Massagen entstammen der Körperpsychotherapie Gerda Boyesens und beinhalten ein reichhaltiges Repertoire an achtsamen, individuell abgestimmten Behandlungsmethoden. Eine einzigartige Bedeutung wird dabei dem „Bauchgehirn“ zugemessen: Unverarbeitete Gefühle und Anspannung werden mit Hilfe der Massagen sprichwörtlich verdaut. Über Biodynamische Massagen können wir erfahren, welchen Einfluss das „Bauchgehirn“ auf unser körperlich/seelisches Wohlbefinden hat und wie es uns leitet, auf dem Weg zu heilsamer, ganzheitlicher Entspannung. So regen Biodynamische Massagen auf besondere Weise die Selbstheilungskräfte an. Sie wirken ausgleichend und harmonisierend auf das vegetative Nervensystem und sind ein elementarer Baustein bei der Stressbewältigung. Biodynamische Massagen setzen an unterschiedlichen Stellen des Körpers an: Kopf, Hand-, Fußmassagen gehören ebenso dazu wie z. B. die Behandlung des Rückens u. v. m. Im Seminar werden einfache Massagen gelehrt, die dem Stressabbau dienen und als Selbsthilfemethoden zu Hause angewandt werden können. Biodynamische Massagen werden im gegenseitigen Austausch gegeben. Es ist möglich, sich einzeln oder paarweise anzumelden. Bitte Massageöl, Decke und Kissen mitbringen.

Termin: 24.11.2012 von 10:00 – ca. 17:00 Uhr
Kursgebühr: € 98,-
Referentin: Angelika Rosina Popp



STRASSL GmbH

**Heizungsbau - Sanitäreinrichtung - Gasinstallation
Badplanung - Lüftung - Ölbrennerkundendienst
Solar- und Wärmepumpenanlagen**

Hauptsitz:
Holzhäuseln 17 • 94424 Arnstorf
Tel. 0 87 23 / 33 83 • Fax 0 87 23 / 37 55

Zweigstelle:
Carcassonnerplatz 5 • 84307 Eggenfelden
Tel. 0 87 21 / 12 50 30 • Fax 12 50 32