



„Vom Mut Ich selbst zu sein“ **Bausteine zur Entfaltung von Resilienz und Lebensfreude** **„Das Resilienz Training“**

Dieses Seminar richtet sich in besonderer Weise an Menschen, die mit Menschen in der Arbeit sind und an alle, die sich selbst achtend, spielend, bewegend und lauschend tief in die Geheimnisse der Resilienz, der inneren Tragekräfte, eintauchen wollen.

Resilienz kann erlernt werden. Resilienz ist ein sich entfaltender Prozess.

„Vom Mut ich selbst zu sein“ gibt uns kraftvolle Werkzeuge an die Hand. Mit ihnen können wir dem auf uns beständig einströmenden Lebensdruck klärend begegnen und den Selbstzweifel vertrauensvoll in den Mut zur Selbstwirksamkeit verwandeln.

Wir erleben die transformierende Kraft der Selbstliebe, unseren inneren Reichtum, unsere unüberwindliche Kraft des „Das bin Ich“ und erfahren Möglichkeiten, dies in unser Leben zu integrieren.

In dem wunderschönen und geborgenen Rahmen des EUKITEA Hauses, eröffnet das Seminar Raum und Zeit, unbeschwert spielend und achtsam wahrnehmend den Zugang zu den eigenen Stärken zu entdecken.

Meditative Elemente wechseln mit dynamischen Sequenzen, die Lust machen, in die Tiefe des Themas zu tauchen.



LEITUNG: Stephan Eckl

Theaterleiter, Regisseur, Schauspieler, Theaterpädagoge, Yogalehrer, Lehrer für Inneren Atem und meditative Wort- und Lautarbeit, Life Coach.

Langjährige Seminarleitungserfahrung in den Bereichen Yoga, Energiearbeit und Selbsterfahrung mit Theaterelementen, Aus- und Weiterbildung für Fachkräfte der Jugendarbeit.

Stimmen zur Arbeit mit Stephan Eckl

...Stephan Eckl schafft es durch seine wohlwollende Haltung und seine Fähigkeit eine positive Dynamik entstehen zu lassen, so dass sich alle Teilnehmer darauf einlassen können, Dinge zu tun, die sie 2 Tage vorher nicht für möglich gehalten hätten.... man kann die Übungen und Spiele gut in die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen übertragen. Für jeden rundum empfehlenswert!

Sonja Wengerter, Jugendsozialarbeiterin an einer Grundschule

...Nie schwer und psychologisierend, eher leicht, spielerisch und doch mit einer großen Achtsamkeit und Respekt für die Gefühle jedes einzelnen.

Ruth Weyand, Schauspielerin und Theaterpädagogin

...Erstaunlicherweise habe ich nicht nur unglaublich viel neue professionelle Haltung in meiner Arbeit erhalten, sondern auch persönlich viele Ansichten wandeln können. Es war eine tolle, professionelle und tragende Fortbildung.

Kathrin Wetzel, Jugendsozialarbeiterin

...Er vermag wie kaum ein anderer eine Gruppe zu führen und dabei das Potential und die Bedürfnisse der einzelnen Person im Blick zu halten.

Jörg Breitweg, Seminarleiter

Theater EUKITEA

Lindenstraße 18 b • 86420 Diedorf • www.eukitea.de
Tel.: 08 23 8 / 96 47 43 0 • info@eukitea.de

"Vom Mut Ich selbst zu sein" 1 / 2



Seminargebühr:

Modul 1	4 Tage Kurs im Mai (21.5. – 24.5.2019)	375,- €
Modul 2	3 Tage Kurs im November (20. 11.– 22.11.2019)	300,- €

Die Seminare ergänzen sich, können aber auch alleine stehen, wobei empfohlen wird, an beiden Seminar-Modulen teilzunehmen.

Rabatt: bei Buchung beider Seminar-Module 595,- €

Anmeldung: bis 7. Mai 2019

Wo: Theater EUKITEA, Lindenstr.18b, 86420 Diedorf

In der Seminargebühr enthalten:

EUKITEA Bio-Service: Kaffee, Tee, Kekse und Obst während des Seminartages, sowie täglich Nachmittagskaffee mit home-made Gebäck.

Kosten für den gemeinsamen Mittagstisch und Übernachtung sind nicht enthalten.

Übernachtung in den lichten EUKITEA- Übernachtungsräumen in Doppelzimmern auf Nachfrage möglich: Kosten pro Übernachtung mit Bio-Frühstück 35,- €.

Das EUKITEA Büro ist zudem behilflich bei der Buchung von Einzelzimmern in nahegelegenen Hotels.