

WORKSHOP

EMOTIONALES TRAUMA VERSTEHEN UND SANFT VERARBEITEN

**11. November 2023
9-17 Uhr**

**Ort:
Freiburg-Littenweiler**

**Kommunikationsraum in
der Auferstehungskirche**

**Kosten:
95€**

WIR BEFASSEN UNS MIT:

- **Achtsamer Selbstzuwendung**
- **Sanften Körperübungen zur eigenen emotionalen Stabilisierung**
- **Informationen zur Entstehung, Wirkung und Bearbeitung von emotionalen Traumata**
- **Kreativen Ausdrucksformen des inneren Selbst mithilfe von Neurographik**
- **Selbsthilfetechniken zur sanften Integration von emotionalen Traumata**

JETZT ANMELDEN

Angelika Vogelmann

**kontakt@vogelmann-coaching.de
www.vogelmann-coaching.de**



Bitte beachten Sie, dass dieses Angebot nicht geeignet ist für Menschen mit starker akuter Belastung. Individuelle Themen können im Workshop nicht besprochen werden. Hierfür biete ich Einzelcoaching. Für ein klärendes Gespräch vor der Anmeldung stehe ich gerne zur Verfügung.