OUT4LIFE

DIE NATUR SUCHEN – ZU SICH FINDEN

Wie Konflikte Paare stark machen

OFFENES NATURE RETREAT

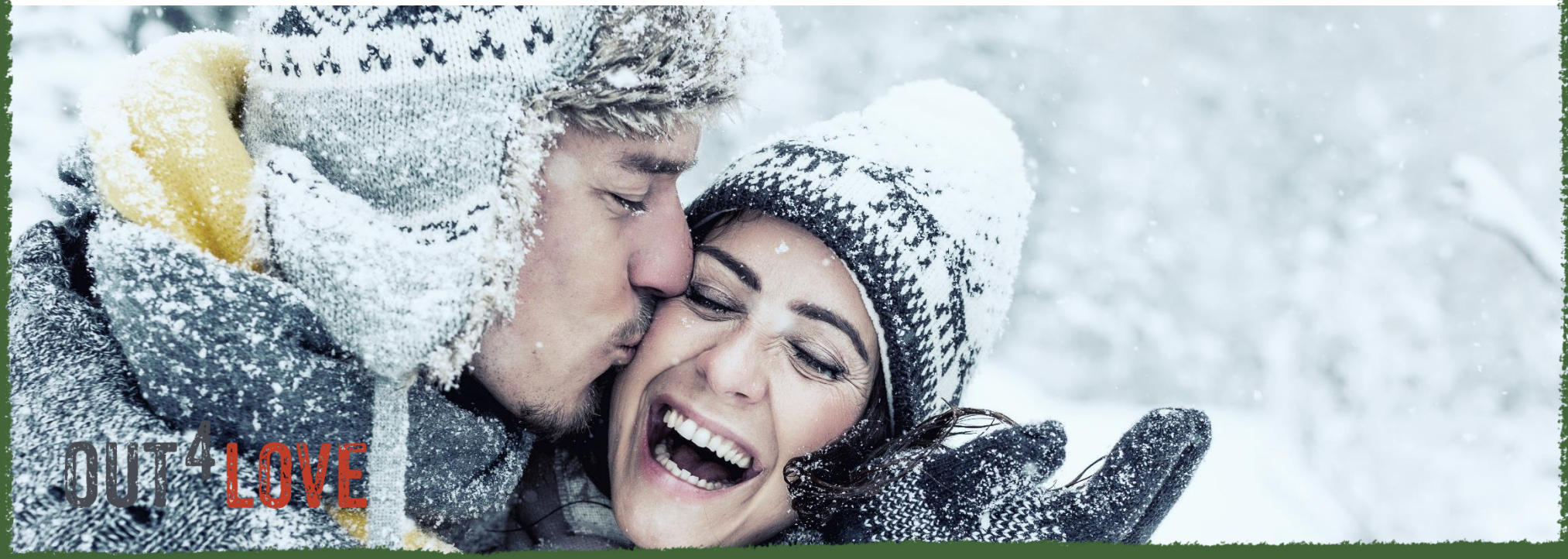
8. - 10. JULI 2021

KONFLIKTE SIND UNVERMEIDLICH...

Kein Mensch gleicht dem anderen. Wir haben alle eine unterschiedliche Geschichte, Erfahrungen, Werte, Wahrnehmungen, Meinungen... Konflikte sind also vorprogrammiert in einer Partnerschaft.

... ABER WICHTIG

Doch Konflikte müssen nicht automatisch in einem schlechten Gefühl enden. Oder in einem Streit. Oder noch schlimmer sogar in einer Trennung. Es liegt an uns, wie wir damit umgehen wollen bzw. können.



KONFLIKTE SIND CHANCEN

Viel zu oft stecken hinter Konflikten verborgene Sehnsüchte oder Wünsche – an sich oder an den Anderen. Sie sind uns nicht bewusst, aber sie triggern unser Konfliktverhalten und seinen Verlauf ganz wesentlich. Den Blick auf diesen wunden Punkt zu richten und zu reflektieren, das gibt uns die Chance auf neue Horizonte und Sichtweisen.

STÄRKEN FINDEN

Wir sind im Nationalpark Kalkalpen unterwegs. Hier kommt ihr zur Ruhe und zu euch. Selbsterfahrung, Reflexion und der Dialog mit der Natur unterstützen euch, in aller Ruhe und auf Augenhöhe eure potentiellen Konfliktherde aufzuspüren und die dahinterstehenden Bedürfnissen wahrzunehmen. Sowohl die eigenen als auch die des Partners. Und vielleicht auch zu erkennen, dass du den anderen nicht ändern kannst, nur deine Sichtweise auf ihn.

Unsere langjährigen Erfahrungen und die Modelle aus verschiedensten psychologischen Schulen ermöglichen dir einen intensiven Prozess in der Persönlichkeitsentwicklung und deiner Klarheit in Hinblick auf deine Konfliktmuster.

FÜR WEN?

Wir heißen all jene herzlich willkommen, die sich Zeit für sich und ihre Partnerschaft nehmen wollen. Und die in der Stille der Natur wieder ihre gemeinsame Stärke und Tiefe finden wollen.

VERPFLEGUNG & UNTERKUNFT

Wir kochen gemeinsam am offenen Feuer. Über die Auswahl der Speisen entscheiden wir gemeinsam.

Wir übernachten entweder in Zelten oder unter Planen in der freien Natur.

OUT4LIFE

DIE NATUR SUCHEN – ZU SICH FINDEN

ABLAUF

Wir starten am ersten Tag um 10.00 und enden am 3. Tag um ca. 16.00. Alles weitere ergibt sich durch die individuellen Themen, die die Teilnehmer und Teilnehmerinnen mitbringen. Jedes Nature Retreat ist ein Prozess an unterschiedlichen Fragestellungen, Aufgaben und Methoden, durch die wir dich begleiten. Schritt für Schritt kommst du so in eine tiefe Auseinandersetzung mit den Anliegen, die dir gerade wichtig sind und bearbeitest deine ganz persönlichen Lösungen. Wir werden abwechselnd einzeln unterwegs sein, begleitet oder in Gruppen, um tiefer in deine Themen und Fragen einzutauchen.

Gerne vereinbaren wir ein persönliches Gespräch zum Kennenlernen und für deine Fragen.

Wir arbeiten mit dem fundierten therapeutischen Wissen der Existenzanalyse nach Viktor Frankl, mit den Methoden der systemischen Naturtherapie und vielen anderen Modellen aus der Transaktionsanalyse, Resilienztheorie und der Achtsamkeitslehre.

DATEN

8.7. – 10.7.2021

Nationalpark Kalkalpen (Oberösterreich)

ANMELDUNG

Siehe unter Kontakt auf unserer Website
oder einfach per email an: peter@out4life.at

KOSTEN

€ 390,-- inkl. MwSt.

Kosten für Verpflegung ca. € 3,-- bis € 5,--/Mahlzeit.

ES BEGLEITEN DICH

Peter & Bettina Schramek
https://out4life.at/ganz-persoenlich/