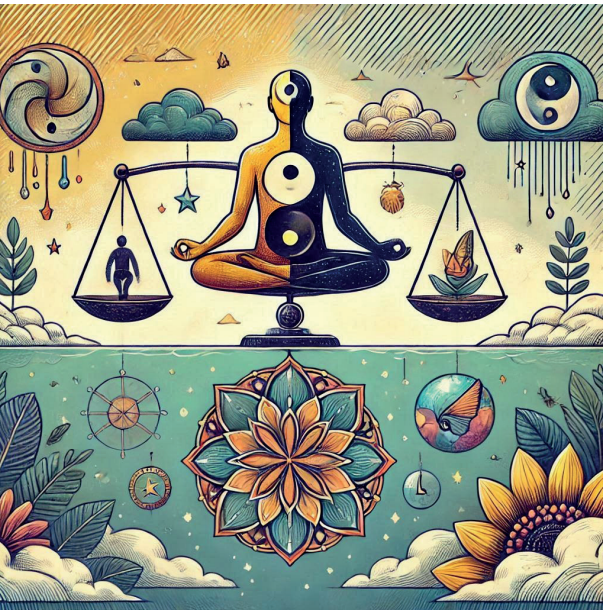
IndiTO
Bildung, Training und Beratung für Individuen, Teams und Organisationen.



Taiji meets Gewaltfreie Kommunikation

Innere Balance für Selbstklärung

Taiji meets Gewaltfreie Kommunikation

Kommunikation und innere Balance zur Entwicklung von Selbstklärung! Dieser Workshop verbindet Taiji-Qigong und Gewaltfreie Kommunikation (GFK). Erleben Sie, wie praktische Übungen und GFK-PrinzipienIhre Beziehung stärken und mehr Ruhe förndern. Entwickeln Sie eine neue Qualität von innerer und äußerer Haltung für einen entspannteren und freieren Ko

Details & Anmeldung

Fr-Sa, 26.02. – 27.02.2027

Fr. 17:00 - 21:00
Sa. 10:00 - 17:00

IndiTO Bildung
Training und Beratung
Estermannstr. 204
53117 Bonn

220,00 € ,
Soli Preis auf Anfrage möglich

“Sag es mir, und ich vergesse es
Zeige es mir, und ich werde mich erinnern
Lasse es mich tun, und ich behalte es.”
Konfuzius

In diesem Workshop – möglicherweise in dieser Workshopreihe - erkunden wir die Synergie zwischen den grundlegenden achtsamkeitsbasierten Wirkweisen des Taiji-Qigong und die Haltung hinter dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation (GFK). Durch praktische Übungen, Atemtechniken und die Anwendung von Taiji-Prinzipien auf zwischenmenschliche Interaktionen erforschen wir die Bedeutung innerer Ausgeglichenheit und deren Auswirkungen auf unsere Beziehungen. Nach einer kurzen Einführung in die 4 Elemente der GFK ziehen wir Parallelen zwischen den Taiji-Prinzipien und den drei Anwendungsbereichen der GFK.
Inhalte im Seminar:
In diesem Seminar erforschen wir die innere Balance zur Selbstklärung. An den Folgewochenenden, die voraussichtlich 2027 stattfinden werden, widmen wir uns weiteren Schwerpunkten: Fluss und Klarheit im Selbstausdruck und Dialog in Bewegung – Empathie erleben.

Geleitet durch den Satz von Konfuzius (s.o.) nutzen wir praktische Körperübung, um uns zu unterstützen, die GFK-Konzepte im Körper zu erleben, dort zu verankern und das Gelernte zu verinnerlichen. All diese Prozesse des Übens und Verstehens werden immer wieder verbunden mit Phasen der Stille und des Innehaltens, um das Praktizierte zu fühlen und zu integrieren.
Zielgruppe:
Dieser Workshop richtet sich an alle, die ihre Kommunikationsfähigkeiten verbessern und gleichzeitig etwas für ihre körperliche und geistige Gesundheit tun möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur die Offenheit, Neues zu lernen und sich selbst besser kennenzulernen.

Stornobedingungen

Treten Sie bis 6 Wochen vor Kursbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro. Bei einem Rücktritt zwischen 6 und 2 Wochen vor Beginn werden 50% des Veranstaltungspreises fällig. Bei späterem Rücktritt, Nicht-Teilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Dozierende



Piet Eggen

Peter Eggen ist augebildeter Bewegungspädagoge, Physiotherapeut und Heilpraktiker für

Physiotherapie. Darüber hinaus Zertifizierter Taijiquan- und Qigonglehrer (CTND/BVTQ),

TCM-Therapeut mit Schwerpunkt Tuina sowie NLP Master. Begeisterte von GFK undaktuell Ausbildung für Buddhistische Psychotherapie



Maude Vital

Mit Humor und Ausdauer setzt sich Maude Vital für Weltfrieden ein – durch wertschätzende Kommunikation und ehrlichen Austausch mit sich selbst und anderen. Seit 2014 ist sie als Trainerin in der Jugend- und Erwachsenenbildung tätig und inspiriert zu sozial-ökologischem Wandel.