



Lebst Du Dein Leben
wirklich aus eigener Kraft?
Übernimmst Du Verantwortung
für alles, was Du tust?
Kannst Du
erfüllende Beziehungen führen?

MANN SEIN

Eine Gruppe mit Raum
für...

Erfahrungsaustausch - Übungen - Feedback - Dich!

...alle 4 Wochen in Bielefeld

Ein Mann in seiner Kraft **kennt seine Stärken**. Er hat **Zugang zu seiner Intuition**, kann **Entscheidungen treffen** und in der Kommunikation **klare, liebevolle Grenzen setzen**. Klingt anspruchsvoll? Ja, denn gleichzeitig sollen Männer weich sein, ein offenes Ohr haben. Die postmoderne Gesellschaft fordert uns Männer auf, im Meer der männlichen Möglichkeiten einen eigenen Kurs zu finden: **Wie möchten wir sein? Was ist unser ureigener Weg? Was machen wir mit den Prägungen, die uns unsere Familie und unsere Kultur mitgegeben haben?** Am Horizont können wir unser Ziel bereits erahnen: Ein Leben, das sich wild und frei anfühlt - und männlich. Wir wollen schauen, was das für jeden einzelnen bedeutet.

Es wird Zeit, in diese Freiheit aufzubrechen! Alle vier Wochen treffen wir uns kostenlos **in Bielefeld** in der Selbsthilfekontaktstelle, um gemeinsam einen **Werkzeugkasten** zu entdecken, der uns kraftvoll, flexibel und zentriert durch den Alltag gehen lässt. Dabei helfen uns Elemente aus der systemischen Beratung, Yoga, NLP und der Tiefenökologie. Über die Verbindung zu Deinem Körper und zu Deinem Wesen wird eine **nährende Begegnung mit anderen Männern** möglich. Du erhältst viele Impulse, wie Du Deine Ressourcen zur Entfaltung bringen kannst, wie der nächste Entwicklungsschritt gelingt - und Du kannst Dich darin üben, im Umgang mit Dir und anderen eine **achtsame Kommunikation** zu kultivieren.

Schreibe für weitere Informationen eine Mail an: andreas.klatt@posteo.de