

## Widerstand | DIE Blockade | DIE Lösungen

Willst du dich von destruktiven Widerstände befreien ?  
Willst du erfahren wie du Widerstand konstruktiv einzusetzen kannst ?

Dann ist mein Konzept genau das Richtige für dich !

Kennst du das ? Sätze und /oder Gedanken wie: „das stimmt doch nicht“, „so ein Blödsinn“, „ich doch nicht“, „warum immer ich“, „das habe ich nicht verdient“, „immer passiert mir das“, „ich halte das nicht mehr aus“.

Du wirst mit einem Ereignis konfrontiert, mit dem du einen Konflikt erlebst, der dich aus deiner Mitte bringt. Das kann dich in einen destruktiven Widerstand bringen, der sich in allen Lebenslagen unangenehm auswirken kann.

Widerstand an der „falschen“ Stelle kann unangenehme Langzeit,- Folgen haben und dein Leben nachhaltig negativ beeinflussen.

Konstruktive Widerstände hingegen führen dich auf deinem Weg, pushen dich mit deinen Vorhaben, ermöglichen Lösungen

Destruktiver Widerstand ist bremsend, mauern und zerstörend.  
Konstruktiver Widerstand ist förderlich, antreibend, optimistisch.

*Pippi Langstrumpf sagte einst:  
„ Das habe ich noch nie vorher versucht, also bin ich sicher dass ich es schaffe“*

Ja genau so kann es gehen.  
Um destruktiven Widerstand zu erkennen und auflösen, habe ich Lösungen gefunden die ich in meinem Seminar gerne weitergebe.

Es darf durch Entwicklungsprozesse ein „Etwas-Entgegenen“ entstehen  
=> weg vom „Sich-Auflehnen und Gegenwehr“

### Konzept | Inhalt

Ursprung | Entstehung von Widerständen  
Erkennen der eigenen Muster  
Finden und Gestalten der Lösungswege  
Entwickeln der inneren Haltung „Etwas-Entgegenen“  
Umsetzung im Alltag und in Beziehungen  
Einzel und Paarübungen  
Körperarbeit | Integration des Erfahrenen

Ich freue mich sehr auf dieses ONLINE-Seminar ! **Birgit**

## **Organisatorisches**

Datum: Samstag 22.01.2022

Zeiten: 9.00 – 12-30 / 14-00 – 17 Uhr

Veranstaltungsort: Online, nach deiner Anmeldung sende ich dir den Zugangslink für das ZOOM Meeting

Kosten: 165,-

Anmeldung: per Mail | [birgit.muellner@feci.at](mailto:birgit.muellner@feci.at) bis spätestens 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn

Bitte überweisen sie nach ihrer Anmeldung den Betrag bis 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn\_auf folgendes Konto :

Birgit Müllner, Raiffeisenbank; IBAN: AT47 3477 0000 0386 5581, BIC: RZOOAT2L770

Abmeldungen sind kostenfrei bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn möglich; bei späterer Abmeldung beträgt die Stornogebühr 50 % der Kurskosten.

***Die besten Menschen sind die mit Flausen im Kopf, dem Arsch in der Hose und das Herz am rechten Fleck (Astrid Lindgren alias Pippi)***