

# „DIE FURIE IN UNS ...“

Aus der Seminarreihe: „Ich bin, also fühle ich ....“ - **Wut**

Das Gefühl Wut, Teil 1 - neben den anderen oft als unangenehm empfundenen Gefühlen Ohnmacht, Angst, Traurigkeit, Schuld und Scham

- **Ein Frauenseminar**

Wut zielt sich nicht für uns Frauen. Oftmals wurden wir deshalb schon als hysterisch oder als „Furien“ bewertet. Wir begeben uns mit der „Gewaltfreien Kommunikation“ nach Rosenberg auf die Suche in unser Inneres und wollen diesem Gefühl Beachtung schenken und verstehen lernen, was es uns sagen will!

- **Im Böhmerwald**

„Gasthaus Dreiländereck“, Schwarzenberg

- **vom 15. bis 17. Juni 2018**

(Freitag ab 13.00 Uhr mit einer Abendeinheit,  
Samstag ganztägig, und Sonntag bis Mittag).

**Seminarleitung:**

Paula Rossi und Andrea Scheuringer, [www.gewaltfrei.at](http://www.gewaltfrei.at)



Bild: „Die Furie“ – mit Genehmigung des Kunsthistorischen Museums in Wien

- In diesem Seminar nähern wir uns theoretisch und vor allem praxisnahe dem Gefühl der Wut an.
- Wir wollen eine Unterscheidung von Wut, Aggression, Ärger und Gewalt treffen und uns mit unserer eigenen „Wutgeschichte“ auseinandersetzen.
- Wir wollen unsere Wut spürbar, erlebbar werden lassen und uns in der Sicherheit einer Gruppe Gleichgesinnter und in der Natur fallen lassen, um integrierter - mit (oftmals auch schwierigen) Erfahrungen, die uns vorher noch nicht so zugänglich waren - gestärkter und klarer aus dem gemeinsam Erlebten herausgehen.
- Wir erarbeiten uns die Gefühle innerhalb der Gruppenprozesse auf Basis der „Gewaltfreien Kommunikation“ nach Rosenberg. Wir wollen unsere Furie zuallererst als kraftvolle Stimme in unserem Inneren hören, ihr Raum geben, erkennen und verstehen, was sie uns mitteilen will, ihr vor allem wohlwollend und liebevoll begegnen.
- Falls Prozesse in Gang kommen, die sich in dieser Konstellation zeigen und einer Nachbetreuung bedürfen, sind beide Seminarleiterinnen dazu befähigt und stützen auch individuelle Prozesse im Anlassfall.

**Die Kosten** für das Seminar belaufen sich auf € 340,00 –, Early-Bird Tarif bis Ende März 2017 € 300,00.

Unterkunft und Verpflegung im Seminarhaus sind extra zu bezahlen. Wir sind bei der Koordinierung mit dem Seminarhaus gerne hilfreich!

**Stornobedingungen:** Bis 2 Wochen vor dem Seminar behalten wir die Hälfte der Seminarkosten ein, ansonsten ersuchen wir um Verständnis, dass wir danach den gesamten Betrag einbehalten. Bei beiden Varianten ist die Nennung einer Ersatzperson eine willkommene Strategie, um einerseits die Sicherheit in Bezug auf den Ablauf des Seminares zu gewährleisten und auch im Bedarfsfall eigene Unkosten zu vermeiden.

**Mehr dazu erfahren Sie hier:**

Paula Rossi: [paula.rossi@aon.at](mailto:paula.rossi@aon.at), 0664/3431133,  
[www.gewaltfrei.at/seminare/die-furie-in-uns-ein-frauenseminar](http://www.gewaltfrei.at/seminare/die-furie-in-uns-ein-frauenseminar)

Andrea Scheuringer: [andreascheuringer@gmail.com](mailto:andreascheuringer@gmail.com), 0660/4878634,  
[www.freie-praxis.at](http://www.freie-praxis.at)