

Persönliche Kompetenzen

Heiter scheitern

10. Februar 2024
bis 11. Februar 2024

Landvolkshochschule Wies,
Steingaden



© Hagen Schnauss

KAB-Bildungswerk
Diözese Augsburg e. V.



Heiter scheitern

Clown-Workshop: Humor als Quelle für Resilienz und Gelassenheit entdecken

Zweitägiger Clown-Workshop zur Stärkung der Widerstandskraft. Insbesondere für Personen, die nach mehr Leichtigkeit in schwierigen Situationen Ausschau halten möchten.

Jeder Mensch trägt in sich eine humorvolle Seite. Clowns geben uns nicht nur Gelegenheit, uns einfach mal „freizulachen“ von (beruflichen) Zwängen und Rollen, in die wir gesteckt werden. Clowns helfen uns auch, unseren Humor (wieder) zu finden – und dabei den Schatz zu entdecken, der im Scheitern liegt, der uns eine wunderbare Hilfestellung zum Erlangen von Widerstandskraft gibt: Dieser Schatz ist der Zugang zum eigenen inneren Kern, zum ganz eigenen Humor, zur inneren Ruhe und Heiterkeit.

Der „innere Clown“ lässt sich als Figur der Befreiung nutzen, um die eigenen alltäglichen Rollen einmal komischer, leichter darzustellen – auch wenn sie oft gar nicht komisch sind. Gemeinsam begeben wir uns ins „Clown-Fitness-Studio“ und trainieren unseren Humor- und Lachmuskel durch gezielte Übungen in wohlportionierten Trainingseinheiten.

Kurs-Nr.: PK-24-2-4 | **Termin:** 10.02.2024, 10:00 Uhr bis 11.02.2024, 16:00 Uhr | **Anmeldeschluss** 25.01.2024 | **Ort:** Landvolkshochschule Wies, Wies 20, 86989 Steingaden | **Teilnahmebeitrag:** 125,- €, KAB Mitglieder 95,- € | **Leitung:** Wolfgang Seidler, KAB-Sekretär | **Referentin:** Miriam Brenner, Schauspielerin, Klinikclown

Anmeldung

KAB-Bildungswerk Diözese Augsburg e. V.
Weite Gasse 5, 86150 Augsburg
✉ anmeldung@kab-augsburg.org
☎ 0821 3166-3515
www.bildungswerk.kab-augsburg.org