



Kursleitung:
Jenny Karpawitz



Kursleitung:
Udo Berenbrinker

CLOWN SPEZIAL: FLOW FREUDE GLÜCK

08.–11.04.2021

SIND FREUDE UND GLÜCK ERLERNBAR?

Was hindert uns daran, glücklich zu sein? In jedem von uns ist das Potential der Freude vorhanden. Glücklichkeit ist eine zentrale Lebensqualität und hat auf magische Weise etwas mit „Fließen“ zu tun.

HumorKom® hat anhand von Persönlichkeitsarbeit und den Methoden der Clowns ein Training zur Aktivierung der Freude entwickelt. Seit über 10 Jahren ist dieses ein zentrales Thema in ihren Clown- und Humortrainings. Damit die Freude nicht dem Zufall überlassen bleibt haben die beiden mit den Erkenntnissen der Glücksforschung, dem Lee Strasberg-Training und Elementen der Gestalttherapie u.a. dieses Seminar gestaltet.

Auch die neuesten Forschungen der Neurobiologie bestätigen, dass wir jedes Gefühl erlernen und bewusst „abrufen“ können – also auch das Gefühl der Freude. Ebenso können wir viel dafür tun, immer wieder im Flow zu sein. Dieses Wissen in den Alltag integriert bedeutet, dass wir uns selbst für ein Leben voller Freude entscheiden.

In diesem Seminar zur Persönlichkeitsentwicklung setzen die TeilnehmerInnen sich spielerisch damit auseinander, wie Freude entstehen kann und welche persönlichen Grenzen und Blockierungen diese oft verhindern. Sie lernen, wie Achtsamkeit, Bewegung und das eigene Denken unsere Fähigkeit zur Freude beeinflussen.

Der Clown als Sinnbild der Freude steht uns als Lehrmeister zur Seite. Er erlebt die Welt als grenzenlos, voller Schalk bringt er jedes Gefühl „ins Spiel“. Denn Clown-Sein bedeutet „im Fluss“ zu sein und Gefühle in den Ausdruck zu bringen.

Clown und Clownin werden als Weg in die Freude erfahren.

Clownstraining

Grundlagen der Clowns
Tonale Sprache

Emotionaler Humor

Strasberg-Training
Humorvoll mit Gefühlen spielen

Glückstraditionen

Theorie von Flow – Freude – Glück
Persönlichkeitsarbeit an den Vorstellungen von Glück
Freude bewusst einladen

Zielgruppen: Dieses Training ist für alle, die ihre emotionalen Grenzen spielerisch erweitern wollen. Besonders geeignet für Menschen mit Kundenkontakten, in sozialen Berufen oder Klinik-Clowns.

Kontaktdaten

HumorKom® Trainingsinstitut
Fritz-Arnold-Str. 23
D-78467 Konstanz
Tel.: ++49 (0)7531-9413140
Fax: ++49 (0)7531-9413160
E-Mail: info@humorkom.de
www.humorkom.de

KURSLEITUNG
KURSDAUER

JENNY KARPAWITZ/UDO BERENBRINKER
3,5 TAGE, CA. 21 STUNDEN
DO. 19 UHR BIS SO. 16 UHR

TERMIN/ORT
KOSTEN

08.–11.04.2021 | TAMALA CENTER KONSTANZ
335,- €