



**Thementag:
"Lieb sein oder lebendig –
keine Angst vor meiner gesunden Aggression"**

In unserer menschlichen Natur liegt es, freundlich und liebevoll zu sein im Kontakt mit anderen Menschen. Gleichzeitig haben wir als eigenständige Persönlichkeiten Grenzen, die es zu respektieren gilt.

„Lieb sein“ als erlernte Strategie ist etwas anderes. Hierbei werden eigene Bedürfnisse, Wünsche oder Gefühle unterdrückt. Es kann schwierig werden ein „Nein“ zu spüren oder zu sagen.

Viele denken, das Gegenteil von „lieb sein“ sei „aggressiv sein“ und fürchten sich davor. Wir erkunden, was es mit der gesunden natürlichen Aggression auf sich hat, die jeder Mensch als Kompetenz in sich trägt.

Wichtig sind uns die Gefühle und Energien in der natürlichen Aggression wie Protest, Wut, Kraft und Lebendigkeit.

Es gibt Platz für Information, Arbeiten in der großen Runde, Kleingruppen und Einzelnen.

Samstag 20.6.26: 10.00.-13.00. Uhr und 14.30.-17.30. Uhr

Ort: Marburg, Auf dem Wehr 33

Kosten 130 Euro

Findet statt ab 4 Teilnehmer:innen (maximal 8), Anmeldung bis 1 Woche vorher per Mail

Leitung:
Dr. Vera Hupe,
Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Med. Hypnose (MEG), Imaginäre Körperreisen nach Sabine Fruth (zertifiziert),
NARM® Master bei Laurence Heller (zertifiziert),
Somatosensible Psychodynamik bei Michael Mokrús (zertifiziert),
Systemische Beratung (SG)