

„Kraft der Gefühle“

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich
- Seminarhotel Flackl-Wirt in Raichenau -
mit Chiara Jana Greber, Seminarleitung
und Sid C. Cordes, Coleitung

„Jede(r) von uns kann lernen, mit seinen Gefühlen nicht nur irgendwie zurechtzukommen, sondern sie als innere Kräfte zu erschließen. Auch die so genannten "negativen Gefühle" werden dann nicht mehr als Hindernis zu Glück und Wohlbefinden erfahren, sondern offenbaren sich vielmehr als Schlüssel zu wirklicher Ganzwerdung.“

Vivian Dittmar

In unserer heutigen Erziehung wird viel Wert darauf gelegt, mental-rationale Fähigkeiten zu schulen, um sie zu einer Kraft auszubilden, die uns im Leben zur Verfügung steht. Genauso braucht unsere Fähigkeit zu fühlen diesen Lern- und Erfahrungsraum, damit sie sich in ihrer vollen Kraft entfalten kann.

Die Jahresfortbildung „Die Kraft der Gefühle“ bietet dir einen solchen Erfahrungsraum, in dem du die Chance hast, Gefühle bewusst wahrzunehmen, ihnen fühlend Raum zu geben und sie in einer für dich dienlichen Weise auszurichten, damit sie dir als Kraftquelle für dein Leben zur Verfügung stehen können.

Die Fortbildung ist an Menschen gerichtet, die einen umfassenden inneren Entwicklungsschritt gehen möchten, um die gewonnene emotionale Kompetenz beruflich anzuwenden oder einfach, um mit dem Leben in einer klaren, liebevollen, kreativen, freudvollen und authentischen Beziehung zu sein.



Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt

Was, Wann, Wo & Wieviel im Überblick

Im Zentrum der Jahresfortbildung „Die Kraft der Gefühle“ stehen die drei Intensiv- Seminare (jeweils ein verlängertes Wochenende von Mittwoch bis Sonntag), die thematisch aufeinander aufbauen.

18.02. - 22.02.2026 - „Die Kraft der Gefühle“ - Intensivseminar I

17.06. - 21.06.2026 - "Drama lässt grüßen" - Intensivseminar II

04.11. - 08.11.2026 - "Heilung ist ein Raum" Intensivseminar III

In den Seminaren werden die Grundlagen gelegt und Erfahrungsräume geöffnet, die das Verstandeswissen zu den Gefühlen zu einem inneren Erfahrungswissen werden lassen. Damit die Inhalte aus den Seminaren optimal mit dem Leben verknüpft, integriert und vertieft werden können, gibt es zwischen den Seminaren ein umfangreiches Follow-Up.

Das Follow-Up besteht aus regelmäßigen Impuls-Mails, in denen die Inhalte noch einmal in einzelnen Schritten vertieft werden. Die Impuls-Mails setzen sich zusammen aus einem theoretischen Teil, gesprochenen Meditationen, Übungen zu dem jeweiligen Inhalt, die den Transfer in den Alltag unterstützen, sowie einem begleiteten Austausch der Teilnehmer untereinander. Für alle auftretenden Fragen oder dem Wunsch nach Unterstützung stehen die Assistenten gerne per Mail oder Telefon zur Verfügung. Durch diese intensive Vertiefung und Begleitung zwischen den Seminaren können die Gefühle als Kräfte während der gesamten Jahresfortbildung fortlaufend präsent sein und ein tiefes Lernen und Umlernen wird möglich.

Die Seminargebühr beträgt für die ganze Jahresfortbildung: 1690 € / Frühbucherpreis*: 1540 €, zuzüglich Unterkunft und Verpflegung. Mit der Anmeldung über das Anmeldeformular unsere Website und einer Anzahlung von 600 € (200 € Anzahlung pro Seminareinheit) ist der Seminarplatz für die gesamte Jahresfortbildung verbindlich reserviert.

Die Jahresfortbildung findet im wunderschönen Ambiente des Seminarhofs Flackl-Wirt statt. Unser Seminarraum heißt ‚Raxblick‘ und macht seinem Namen alle Ehre. Dort werden wir mit sehr gutem Essen, wunderbarer Natur und einem Wellnessbereich mit Sauna eingeladen es uns rundum gut gehen zu lassen.

* Detaillierte Information zur Anmeldung, Preisen und Organisation findest du auf Seite 5 dieser Infomappe



Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt

18.02. - 22.02.2026 - Intensivseminar I „Die Kraft der Gefühle“ - ein Erfahrungsraum für bewusstes Fühlen

„Die Kraft der Gefühle“ ist eine Einladung zu erfahren, was Gefühle wie Wut, Angst, Trauer, Scham oder Freude in deinem Leben für eine Rolle spielen können, wenn du sie als Kräfte begreifst und erlebst. Erst wenn du deinen Kräften in einer sehr direkten und intensiven Weise in dir selbst begegnet bist, steht dir diese Erfahrung in deinem alltäglichen Leben als Referenzpunkt zur Verfügung.

Gleichzeitig wenden wir uns in diesem Seminar den grundlegendsten, wichtigsten Fragen zu: Wie entstehen eigentlich Gefühle? Bin ich meinen Gefühlen ausgeliefert oder habe ich einen Einfluss darauf, was ich in Bezug auf meine Umwelt fühle? Wie kommt es, dass ich entweder gar nicht fühle oder plötzlich von einer Gefühlsflut überrollt werde? Was ist eigentlich fühlen? Es gibt so unendlich viele offene Fragen, wenn wir dieses Terrain betreten und wir brauchen Klarheit, um uns unserer Gefühlswelt wieder neu zu öffnen und den Schatz zu heben, der dort für uns verborgen liegt.

Jedes Intensiv-Seminar ist wie eine ausgedehnte Reise in vielleicht unbekannte Bereiche deines Gefühle-Dschungels, die dich tief berühren und verwandeln kann. Das erste Seminar möchte dich in deiner grundlegenden Beziehung zu deinen Gefühlen neu ausrichten, um dich mit klaren Landkarten und inspirierenden Erfahrungen zurück in dein Leben gehen zu lassen. Dort ist das Fühlen zu Hause, in deinem alltäglichen Leben, in jedem Tag, jeder Situation und das Erfahrene möchte dort geübt, erprobt, ausprobiert und vertieft werden bis wir uns zum nächsten Seminar wiedersehen.



Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt

17.06. - 21.06.2026 - Intensivseminar II

„Drama lässt grüßen“

- der Umgang mit emotionalen Altlasten und
Schattengefühlen

Unser emotionaler Rucksack ist bepackt mit alten nicht gefühlten Gefühlen aus der Vergangenheit, unseren emotionalen Altlasten, die nur auf eine Gelegenheit warten sich zu entladen. Dies ist eigentlich ein gesunder Mechanismus. Wenn er jedoch unbewusst geschieht, richtet er in unserem Leben nicht selten Schaden an.

Im Intensiv-Seminar II geht es um die grundlegende Unterscheidung zwischen Gefühlen und Emotionen sowie einen neuen, verantwortungsvollen Umgang mit unseren emotionalen Altlasten. Wir lernen bewusste Entladungsräume in unserem Leben zu betreten, zu halten und zu etablieren, die auch gleichzeitig intensive Heil- und Entwicklungsräume sind.

Gleichzeitig beschäftigen wir uns in der Tiefe mit unseren Bedürfnissen, denn deine Gefühle erstrahlen umso reiner in ihren Kräften, umso klarer sie auf deine Bedürfnisse ausgerichtet sind. Hierdurch werden die Momente umso deutlicher, in denen du im festgefahrenen, absoluten Nein stecken bleibst und dadurch anstelle der Kraft, der Schatten der Gefühle dein Leben regiert.

Schatten oder Kraft, FÜR oder GEGEN, diese Dynamik sowie der unbewusste Umgang mit Emotionen sind der Stoff aus dem die lauten und leisen Dramen unseres Lebens gewoben sind. Hier ist das Opfer zu Hause, der Retter und der Täter wohnen gleich neben an.

Und wieder ist das Ziel mit neuen Landkarten zurück ins Leben zu gehen und zu üben, damit die neuen Gefühlspfadchen, die wir zusammen im Seminar gegangen sind, in dir zu großen Wegen und schnell befahrbaren Straßen werden, damit du immer virtuoser wirst im Spiel mit deiner Gefühlsklavatur.



Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt

04.11. – 08.11.2026 – Intensivseminar III „Heilung ist ein Raum „ - von traumatischen Erfahrungen und Qualitäten des Seins

„Heilung ist ein Raum“ ist ein Eintauchen in unser Menschsein in all seinen zu fühlenden Facetten. Unsere „Tiernatur“ stattet uns mit einem schnellen Reiz- Reaktionsmechanismus aus - unseren biologischen Programmierungen - die nur eines zum Ziel haben: das Überleben unserer Spezies. Unsere „Gottnatur“ lädt uns ein, unser Potenzial für Bewusstseinszustände wie tiefem Mitgefühl, geduldigem Gleichmut, überfließender Dankbarkeit und bedingungsloser Liebe zu entfalten. Unser Menschsein umfasst sowohl unsere Tier- als auch unsere Gottnatur und hat die Kraft, in diesem Spannungsfeld präsent zu sein.

So begegnen wir im Verstehen und Erleben bewusst den drei sehr verschiedenen Ebenen unseres fühlenden Seins. Die Gefühle Wut, Trauer, Angst, Freude und Scham als soziale Kräfte entstehen in der linearen Zeit, als Interaktion von Gedanke und Umwelt. Die Bewusstseinszustände hingegen erleben wir in der vertikalen Zeit und die biologischen Programmierungen und körperlichen Empfindungen sind in der „Jetzt- Zeit“ von Reiz-Reaktion verankert. Mit diesen Grundlagen ist es möglich, sich der Entstehung tieflyingender Traumata in uns zuzuwenden, um sich auf den Weg zu machen, die Fähigkeit zu ihrer Heilung zu entwickeln.

So beschäftigen wir uns im dritten und letzten Seminar - zwischen Überlebenskampf und bedingungsloser Liebe - mit allen gefühlten Facetten unseres Menschseins, denn nur, wenn wir allem in uns fühlend begegnen können, müssen wir nichts mehr in uns tabuisieren oder ausschließen. Das ist die Grundlage für jegliche Heilung und Ganzwerdung und für ein authentisches, kraftvolles JA zu mir und meinem Leben



Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt

Organisation, Information, Kontakt:

info@kraftdergefuehle.de

Seminarort:

Seminarhotel Flackl, Hinterleiten 12, 2651 Reichenau / Rax, Österreich, Nähe Wien

Web: www.flackl.at, E-Mail: gasthof@flackl.at, Telefon: 0043 2666 52291

Seminargebühr & Anmeldung:

Wir bieten die Seminare bei Anmeldung und Anzahlung bis Anfang 2025 zu den alten Preisen an und werden sie dann, der allgemeinen Preissteigerung entsprechend, erhöhen. Das heißt, wenn du dich frühzeitig anmeldest, kannst du doppelt „sparen“. Die Preise bis Anfang 2025 sind also:

Einzelseminar*: 590 € / Frühbucherpreis 540 € * / 565 €

Jahresfortbildung: 1690 € / Frühbucherpreise: 1540 € * / 1615 € **

(*gültig bei Anmeldung bis 4 Monate vor Beginn einer Jahresfortbildung)

(**gültig bei Anmeldung bis 2 Monate vor Beginn einer Jahresfortbildung mit eingegangener Anzahlung)

(*Bei Einzelseminare sind die Frühbucherpreis nur gültig für das Intensivseminar I und IV)

Frühbucher bekommen bei uns Rabatt!

Für die Seminarplanung sind wir auf frühzeitige Anmeldungen angewiesen. Daher geben wir den Früh-Entschlossenen für die meisten unserer Seminare einen Rabatt.

1.) Anmeldung bitte über das Anmeldeformular der Website:

<https://kraftdergefuehle.de/anmeldung>

2.) Überweisung der Anzahlung von 600 € (bei Buchung eines Einzelseminares 200 €) innerhalb der nächsten sieben Tage mit folgendem Verwendungszweck:

„1. Jahresfortbildung 2026 Deutschland Anzahlung“

3.) Überweisung des Restbetrages bis 14 Tage vor Seminarbeginn mit folgendem Verwendungszweck: „1. Jahresfortbildung 2026 Österreich Seminargebühr“

Kontoinhaber: Chiara Jana Greber,

GLS Bank Bochum, BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE30 4306 0967 7014 4317 00

Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Verpflegung /Unterkunft:

Bitte das gewünschte Zimmer direkt selbst beim Flackl reservieren unter:

0043 2666 52291. Folgende Kategorien stehen zur Verfügung:

A – Dusche und WC im Zimmer: Doppelzimmer ca. € 101 / Einzelzimmer ca. € 119

B –Waschbecken im Zimmer, Dusche und WC am Gang DZ € 85 / EZ € 97

C – Schlafen im eigenen Schlafsack im Haus, Zelt oder Wohnwagen € 73

Nächtigungstaxe: € 2,30 pro Person und Nacht.

Preise pro Nacht inklusive Frühstück, Mittag- und Abendessen, Saunalandschaft, Getränke zum Essen sowie zwei Kaffeepausen mit Obst und Kuchen.

An- & Abreise:

Anreise: Mittwochs bis 17:00 Uhr / Abreise: Sonntag ab 15:00 Uhr

Rücktritts- /Stornobedingungen:

- Besondere Rücktrittsbedingungen bei Anmeldung zur kompletten 1. Jahresfortbildung: Bei der Anmeldung zur 1. Jahresfortbildung hat der Teilnehmer die Möglichkeit, bis zwei Wochen nach der Teilnahme am Intensivseminar I von der Teilnahme an den folgenden zwei Intensivseminaren zurück zu treten. Gründe müssen hierfür nicht angegeben werden. Das Seminar wird dann als Einzelseminar abgerechnet und der restliche Betrag wird komplett zurückerstattet.
- Stornierung: Bei Stornierung einer Jahresfortbildung (bzw. eines Einzelseminars) bis 2 Monate vor Beginn fällt lediglich eine Bearbeitungspauschal von 50 € an. Ab 2 Monaten vor Beginn wird die Seminaranzahlung von 600 € (bzw. 200 €) einbehalten. Bei einer Stornierung ab 1 Woche vor Beginn ist der gesamte Seminarpreis zu entrichten. Es kann ein Ersatzteilnehmer vorgeschlagen werden, der den bereits bezahlten Platz bei allseitigem Einverständnis übernehmen möchte.
- Umbuchung: Alternativ zur Stornierung kann jedes Seminar für eine Bearbeitungspauschale von je 50 € pro Seminar bis 1 Monat vor Beginn umgebucht werden. Die Anzahlung bzw. der Seminarbeitrag wird dann abzüglich der 50 € Bearbeitungspauschale für das umgebuchte Seminar gutgeschrieben. Die Seminare können nur in der Reihenfolge aufeinander aufbauend umgebucht werden. Fällt ein Seminar aus, oder wird ein Seminar umgebucht, müssen die Folgeseminare ebenfalls umgebucht werden.
- Kulanz: Bei außerordentlichen Gründen für eine Nichtteilnahme können im Einzelfall auf Kulanz abweichende Vereinbarungen getroffen werden.
- Stornierung und Umbuchung bedürfen in jedem Fall der Schriftform und sind erst nach unserer Rückbestätigung gültig.
- Bei offenen Fragen finden Sie weitere detaillierte Ausführungen zu unseren Stornobedingungen in unseren AGB`s

Kraft der Gefühle

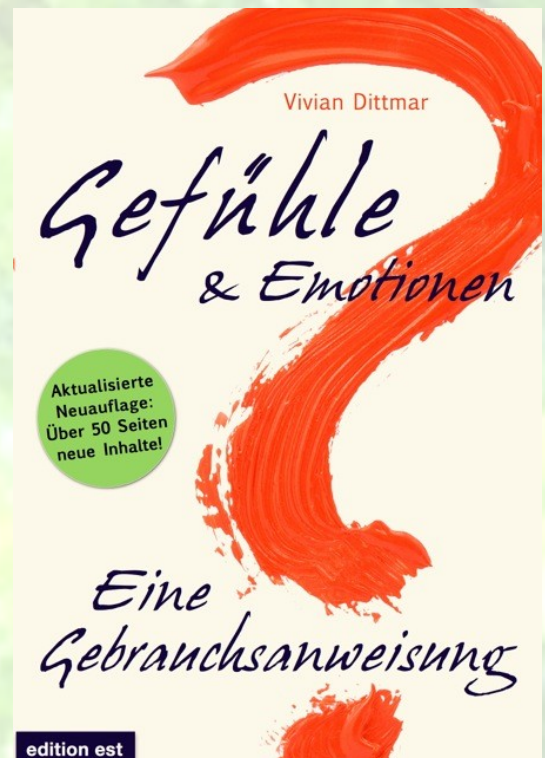
1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Was bedeutet Fortbildung?

Die gelernten und erfahrenen Inhalte der Seminare sind neben der persönlichen Entwicklung auch von großem Nutzen in vielen bestehenden Arbeitsfeldern. Fortbildung bedeutet, dass diese Inhalte der Seminare im Rahmen des bestehenden Arbeitsfeldes einfließen können. Das Wissen und die Erfahrung der Gefühle als Kräfte lässt sich z.B. wunderbar kombinieren mit Inhalten von pädagogischen und therapeutischen Berufen, im Unternehmenskontext, im Coaching und in der Körperarbeit, um nur einige Bereiche zu nennen. Da es sich jedoch um eine Fortbildung und nicht um eine Ausbildung handelt, qualifiziert diese weder zur Ausübung dieser Berufe noch zur Durchführung von Seminaren dieser Art, da wir dafür eine langjährige und wesentlich fundiertere Ausbildung als unerlässlich betrachten.

Als Vorbereitung auf die Jahresfortbildung ist das Buch von Vivian Dittmar „Gefühle & Emotionen – eine Gebrauchsanweisung“ sehr zu empfehlen. Hier zwei Lesermeinungen, die die Qualität dieses Buches sehr gut verdeutlichen: „Selten hat mich ein Buch so erhellt wie dieses. Sehr kompetent, dennoch verständlich, ausführlich und doch kompakt bringt die Autorin Themen auf den Punkt.“ „Dieses Buch bringt für mich einen neuen Ansatz, um das oft erlebte Chaos der Gefühle und deren Wertigkeit und Funktion im Alltag klären zu helfen.“
Versandkostenfrei bestellen unter:



<http://www.viviandittmar.net>

Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Seminarleitung:



Chiara Jana Greber (geb. 1973) studierte *Medizin, Schauspiel, Kunsttherapie* und *Kunstpädagogik*, sie ist *Dipl. Pädagogin* und *Heilpraktikerin* für *Psychotherapie*. Ausgebildet in *Systemmischer- und Rückführungs-Therapie*, mit einem breiten Wissen in den verschiedenen *traumatherapeutischen Verfahren*, sowie als *Trainerin* für *emotionale und soziale Kompetenz*. Zentrales Thema ihres persönlichen *Werdegangs* war immer die Frage, wie wir das *Kraftpotential* und die *Lebendigkeit* unserer *Gefühlswelt* nutzen und leben können.

Sie arbeitet seit vielen Jahren eng mit der Autorin des Buches „*Gefühle & Emotionen – eine Gebrauchsanweisung*“, *Vivian Dittmar* zusammen und wurde von ihr ausgebildet und autorisiert, die Inhalte des Buches weiter zu geben.

Chiara Greber ist Mutter einer *sechzehnjährigen Tochter* und seit 2004 freiberuflich als *Seminarleiterin, Unternehmenstrainerin* und in der *pädagogische/therapeutischen Einzelbegleitung* tätig.

„Fühlen ist für mich Sein. Sein in lebendiger, authentischer, Beziehung mit dem Leben so wie es ist. Wie gut zu wissen, dass die Gefühle mir als Kräfte zur Seite stehen, um dem Leben in all seinen Fassetten und Spielformen mit einem JA zu begegnen. Tiefes, klares und einfaches Fühlen ist damit ein Weg zu mir selbst, zu meinem einzigartigen „So-Sein“, das ich durch die Kraft der Gefühle, in seiner ungeschminkten Schönheit erfassen und verwirklichen kann.“

Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Co-Leitung:



Sid C. Cordes studierte Schauspiel, Psychologie und Informatik. Er leitet Jugendgruppen zu den Themen Sexualität und Beziehung und ist ausgebildet und praktiziert als Somatic Experiencing®-Traumatherapeut sowohl mit Gruppen wie in Einzelbegleitung. Er arbeitet mit Entwicklungsstraumen auch nach den NARM-Prinzipien und wurde des Weiteren von Ilan Stephani ausgebildet, die dem Körper innewohnende Ektase in den Heilungsprozess zu integrieren. Er liebt es besonders, Kraft und Lebensweisheit direkt aus dem Körper zu empfangen und mit dem Nervensystem zu lernen.

„Ich habe als Gruppenleiter, Assistent und Teilnehmer viele Methoden zur Erkundung meiner eigenen Innenwelt wie auch der Innenwelt anderer kennen gelernt und angewendet. Lange habe ich die tiefst mögliche Entfaltung als Mensch in spirituellen Techniken gesucht und mich dann später viel mehr auf den Körper und das Nervensystem verlegt. Ich glaubte damals, dass Gefühle zwar essentiell für meine Selbsterforschung, aber letztendlich doch etwas zu Transzendierendes sind.

In der Zusammenarbeit mit Chiara erfuhr ich immer mehr, Gefühle als das zu feiern, was sie sind: Ein hoch intelligentes System von Kraft- und auch Lustquellen, die mich befähigen in Beziehung mit dem Leben so wie es ist, zu treten und die mich als Mensch unter anderen Menschen einzig und lebendig machen.

Und ich habe gelernt, zu unterscheiden, wann und warum ich mich mit einem Gefühl oder einer Emotion im Schatten (also gegen das Leben gerichtet) befinde und wann in der Kraft und wie ich aus dem einen wie dem anderen das Beste machen kann.

Diese neue Bewegung in die Mitte des Menschseins erfüllt mich seitdem täglich mehr mit meiner Lebendigkeit und mit einer Wahrhaftigkeit, die sich so kraftvoll anfühlt, daß ich davon nicht genug kriegen kann.

Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Teilnehmerstimmen:

„Es ist als ob ich in den drei Tagen mehr gelernt hätte als in meinem ganzen Leben, alles vorherige ist aber darin integriert und an seinem neuen Platz im Gesamtraum gefallen. Mein Fühlraum hat sich vergrößert und die Mechanismen wie ich mich vom Fühlen trenne fallen mir mehr und mehr auf. Beides ermöglicht es mir diese Mechanismen künftig zu integrieren. Am besten ist, dass ich wieder einen Körper habe und damit in Beziehung bin! - hört sich so banal an, ist es aber längst nicht.“

Peter

Ich habe mittlerweile schon vielen von der Arbeit mit der Kraft der Gefühle und der Seminarreihe von Chiara und Sid erzählt. Ein paar Menschen habe ich auch ganz konkret die Jahresreihe ans Herz gelegt. Ich mache mittlerweile zum 2. Mal das erste Jahrestaining - erstmalig in meinem Leben, dass ich ein Seminar wiederhole. Echt, das heißt was! Die Inhalte, das Wissen, die Umsetzbarkeit in den Lebensfühlalltag sind fundamental bewegend, verändernd, wenn nicht sogar weltbewegend. Mein Leben ist mittlerweile sehr durchdrungen von meinem immer bewussteren Umgang mit meinen Gefühlen, Emotionen. Chiara verkörpert das was sie sagt voll und ganz. Und sie stimmt sich unglaublich einfühlsam und respektvoll in individuelle Probleme und Fragen der Teilnehmer ein. Hält die ganze Gruppe energetisch. Phänomenal, wunderbar, ganz besonders! Sid ergänzt das mit seiner herzlichen, offenen und impulsiven, körperbetonten Art perfekt.

Nina

Ich erlebte die Ausbildung "Kraft der Gefühle mit Chiara und Sid sehr inspirierend, erkenntnisreich und innerlich transformierend. Ich habe als langjähriger Coach und Trainer schon viele Ausbildungen und Workshops mitmachen können und habe mir daher sehr überlegt, wieder eine vieltägige Ausbildung zu machen. Keine Stunde davon habe ich meine Entscheidung bereut: beide sind authentisch, erfrischend, ergänzend und Chiara bringt die Inhalte immer wieder genial auf den Punkt. Viele Übungen zum Integrieren, auch die Zeit zwischen den Workshops wird begleitet und zum Umsetzen genutzt. Definitiv weiter zu empfehlen! Danke.

DI Robert Ungvari

Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Eure wundervolle, inspirierende und einfühlsame Art, den Raum der Gefühle zu öffnen und auch zu halten, hat bei mir etwas bewirkt, was ich noch gar nicht so richtig fassen kann. Abgesehen davon, dass es mir sehr hilft, einige grundlegende Zusammenhänge meines Menschseins besser zu verstehen, merke ich jeden Tag, welch enormes Kraftpotential die Auseinandersetzung mit meinen Gefühlen mit sich bringt. Nicht anders kann ich mir erklären, dass ich nun mit großer innerer Ruhe und Freude einfach das Leben besser leben und zugleich das spüren kann, was sich in mir gerade zeigen will.

Dr. Georg Sutter

Gleich mit dem ersten Seminar habt ihr für mich meine Verwirrung komplett auflösen können. Die Einteilung der Gefühle in die fünf Hauptkategorien hat mir sofort ein klares und für mich sinnhaftes Bild gegeben. Dann natürlich auch die Unterscheidung von, Kraft- und Schattengefühle mit dem steten Blick auf die eigenen Bedürfnisse. Für meine Achtsamkeitspraxis habe ich nun eine Art Landkarte, die es mir ermöglicht mich entsprechend meinen Bedürfnissen auszurichten und dabei wirklich mit mir und meiner Umgebung im ehrlichen Kontakt zu sein. Ich könnte jetzt sicherlich seitenlang weiterschreiben, aber ich mach es kurz: Ihr habt mir den Zugang zu einer für mich neuen, sehr wertvollen Welt eröffnet. Ein riesengroßes Dankeschön von Herzen an euch beide - Ihr macht so unglaublich wertvolle Arbeit für die Menschheit!

Von Herzen Melanie

Es gibt Seminare, Curricula, Lehrer und Menschen. In diesem dreiteiligen Intensivseminar von Chiara und Sid begegnete ich Menschen, die mich professionell gelehrt und begleitet haben. In einer Atmosphäre des Willkommen Seins bin ich in mein Vertrauen in mich, in die Mitmenschen und in die Zukunft geführt worden. Ich werde wiederkommen, um diese Energie so lange zu trinken bis ich davon überquelle, damit auch ich sie verteilen darf.

Danke von Herzen! Barbara

Kraft der Gefühle

1. Jahresfortbildung 2026 - Österreich, Seminarhotel Flackl-Wirt



Für mich war das Gefühle Seminar sehr wichtig, einschneidend und lebensverändernd. Es hat mir einen positiven Zugang zu meinen Gefühlen ermöglicht. Es hat mir endlich erlaubt Gefühle zu haben (was in meiner Kindheit "verboten" war und als Schwäche und mangelnde Reife ausgelegt wurde) und zu verstehen, dass sie eine Aufgabe, einen Platz haben und das ich Bedürfnisse haben darf. Die Inhalte sind für mich meistens präsent und bestimmen meinen Umgang mit mir und anderen Menschen und haben zu einem liebevolleren Umgang geführt. Sie sind die Basis meines Beziehungsleben geworden und bereichern meine Partnerschaft. Ich bin total dankbar über die respektvolle und wertschätzende Art wie du Chiara mit Unterstützung von Sid die Inhalte vermittelst und da bist, Ich fühle mich jederzeit wahrgenommen, aufgehoben und geschützt in all meinen Prozesse während der einzelnen Module. Die Begleitung durch die Follow Ups und Ankerpartner finde ich sehr wertvoll und unterstützend. Ich habe das Gefühle Seminar und das Seminar Beziehungsweise bereits zweimal gemacht und es jedes Mal anders und vertiefend erlebt. Vielen Dank für diese wunderschöne und bereichernde Arbeit, die ihr macht.

Andrea