

## **Persönliches Wachstum in einer Männergruppe,**

dieses Angebot richtet sich an alle interessierten Männer, die sich persönlich und innerlich weiterentwickeln wollen. Das Mann-Sein ist in diesen Zeiten nicht leicht zu leben. Werteverstärkungen und Rollentausch mit den immer stärker werden Frauen bringen den Mann oft an seine psychischen Grenzen.

Als „Jongleur“ in der Lebensmitte hat er es wahrlich nicht leicht, im Leben zu bestehen. Eingebettet in die Sandwich-Generation ist er manchmal überfordert von den Erwartungen seiner Eltern und den Bedürfnissen seiner eigenen Kinder und dem Lebenspartner.

Trennung, dann Scheidung und das Leben in einer Patchworkfamilie, ist auch nicht so einfach zu bewältigen. Eine feste Männergruppe, die sich regelmäßig trifft und gemeinsam die Lebensthemen anschaut und über Meditation zur inneren Stabilität und Wachstum findet, kann eine große Unterstützung sein.

Weitere Informationen gerne auch per Telefon oder Mail