

Teilnehmer:innenstimmen zum Online-Kurs Tiefe Anpassung:

„Eine rundum gelungene Einführung in das Thema Tiefe Anpassung. Ich hab mich wohl in der Gruppe gefühlt, ja wirklich ein Gruppengefühl, trotz Online-Format. Die Räume wurden von Claudia gut gestaltet und gut gehalten. Egal ob Neueinsteiger oder schon vertraut, die Materialien boten für jeden etwas, ganz verschiedene Impulse. Ich freue mich auf die neue Gemeinschaft und möchte mitknüpfen an einem Netz, in das man sich auch in der Verzweiflung mal fallen lassen kann.“

Brigitte B.

Herzlichen Dank für den Raum, den du geöffnet und gehalten hast. Ich finde, du hast den Kurs ganz wundervoll gestaltet in deiner offenen, empathischen, ruhigen Art. Ich habe es wie einen Durchgang durch das U erlebt: Eintauchen, mitfühlen, genährt sein im Kreis und aus der Tiefe des Us wieder Auftauchen, gestärkt mit wertvollen Ressourcen.

Petra P.

Sich inhaltlich mit Deep Adaptation auseinander zu setzen finde ich persönlich extrem wichtig, sich in einer Gruppe dazu auszutauschen, halte ich für außerordentlich wertvoll, da es sich um ein sehr emotionales Thema handelt.

Claudias Feingefühl in der Leitung des Kurses war beeindruckend, sie hat es geschafft, innerhalb kürzester Zeit einen sicheren Raum zu schaffen, in dem sich alle Teilnehmer wohl gefühlt haben und sich offen und ehrlich über ihre Gefühle ausgetauscht haben. Auch ihre Fähigkeit, spontan auf die Bedürfnisse der Teilnehmer einzugehen und das Programm gegebenenfalls anzupassen war unbezahlbar.

Nach nur zwei Onlinesessions habe ich mich mit allen Teilnehmern sehr verbunden gefühlt, und es wurde auch gemeinsam beschlossen, sich auch in Zukunft von Zeit zu Zeit im virtuellen Raum auszutauschen.

Chris T.

Die Materialien, die wir zur Vorbereitung zum ersten Online-Treffen von Claudia mit auf den Weg bekommen haben, haben mich gleich angesteckt. Oft fanden die Themen auch beim abendlichen Schnack in der WG-Küche noch einmal Raum oder füllten die Email-Postfächer meiner Freunde.

Einem Treffen im virtuellen Raum stand ich sehr skeptisch gegenüber. „Wie ticken die anderen wohl so?“ „Möchte ich mich echt zeigen im Internet? So mit Kamera und so? Und meinen Gedanken?“ ... tausend skeptische Fragen in meinem Kopf. Dann habe ich es einfach gemacht.

Und ja – das hat sich so sehr gelohnt! Claudia hat diesen virtuellen Raum mit so viel Lebendigkeit und Wärme gefüllt, dass ich zwischenzeitlich viel eher dachte: „Wie gut, dass es diesen Raum jetzt gerade für mich gibt“ und „wie schön, dass ich hier einen Raum gestellt bekomme, um mich mit anderen Menschen über etwas auszutauschen, was uns doch alle verbindet“...

Maria S.