



# **Die Welt ist unser Spiegel!**

[www.max-segeth.de](http://www.max-segeth.de)

## **Vortragsreihe von und mit Dr. Max Segeth**

**Vorträge von Sonntag, 16. Oktober 2022 bis Mittwoch, 19. Oktober 2022**  
(Vorträge ohne Anmeldung, im Hotelpreis inkludiert; Einzelberatung gegen Gebühr – direkt mit Herrn Dr. Segeth zu vereinbaren)

**Sonntag, bis Mittwoch**

**jeweils um 16h30 im Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums**

**Dauer ca. 1 bis 1 ½ Stunden.**

**Dr. Max Segeth** ist Seminarleiter, Therapeut, Coach und zertifizierter wingwave® - Coach. Seit 1981 leitete er eine eigene Praxis mit Trainingszentrum in München, seit Anfang 2014 in Klagenfurt. Sein Lebenswerk ist die psychologische Beratung und Anleitung zur Selbsthilfe nach dem von ihm entwickelten Spiegelprinzip – »Mirror-Talks«.

### **1. Die Welt ist unser Spiegel (Vortrag – Sonntag, 16.10. 16h30)**

Spiegelprinzip - was spiegeln wir selbst und was wird uns gespiegelt". Als Einstieg in die Gedankenwelt des von mir entwickelten Spiegelprinzips möchte ich einige Gedanken von mir und den Teilnehmern des Gesprächsabend einbringen, die uns erklären, welche immense Bedeutung unser Verhalten auf andere und das Verhalten anderer auf uns hat. Wir werden feststellen, wie wichtig ein Gegenüber sein kann, um uns selbst zu erkennen, Fehler zu entlarven und vielleicht Verhaltensweisen korrigieren, weil sie nicht mehr wünschenswert sind. Wenn wir mehr verstehen wollen, dann kann das Spiegelprinzip ein wichtiger Begleiter sein.

### **2. "Gelassenheit - Achtsamkeit - Bewusstheit" (Vortrag – Montag, 17.10., 16h30)**

Viele Menschen hetzen durchs Leben. Sie sind getrieben von den Aufgaben oder Erwartungen des Alltags oder der Menschen, die sie umgeben. Sie finden keine Ruhe, keine Erholung mehr und sogar der Urlaub wird zum Stress, weil all die versäumten Regenerationsphasen ausgelassen wurden. Wir werden versuchen, durch mögliches Umdenken und Umfühlen mehr Gelassenheit, Achtsamkeit und damit mehr Bewusstheit zu erfahren, um unser Leben liebevoller zu gestalten.

### **3. "Liebevoller Kommunikation" (Vortrag – Dienstag, 18.10. 16h30)**

Gespräche mit unseren Lieben, mit Kollegen, Freunden und Verwandten könnten besser verlaufen, wenn wir lernen, was ich selbst sage, was davon ankommt und was das Gegenüber von sich gibt und bei mir angekommen ist. Was sind die Fallen in unserer Sprache, die unser Zusammenleben so behindern und wie können wir ihnen entgegenwirken? Eine spannende Reise durch das Sprach-Wirrwarr und eine manchmal ganz einfache Lösung!

### **4. "Liebe – was ist das? Lieben – wie geht das?" (Vortrag – Mittwoch, 19.10. 16h30)**

Obwohl wir vielleicht alle dieses Wort schon einmal benutzt haben, scheint es das wohl missverstandenste Wort auf der Welt zu sein. Am heutigen Abend wollen wir uns mit den Inhalten, den persönlichen Erfahrungen und den eigenen Definitionen dieser wunderbaren „Sache“ widmen. Vielleicht gelingt es uns, zu verstehen!