# Aufstellungen des „Inneren Teams“

Leitung: Rita Jung

DGfS Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen
Anerkannte Systemaufstellerin (DGfS)

DGfS Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen
Anerkannte Lehrtherapeutin (DGfS)

Höre auf deine innere Stimme!“ Aber wie? Und auf welche?
Was tun, wenn der Verstand etwas anderes will als das Herz?
Das Bauchgefühl ist zu leise, dafür ist der innere Schweinehund umso lauter?
….denn …..manchmal sind wir gar nicht unserer Meinung ☺ …….

Die unterschiedlichen Bedürfnisse der eigenen Persönlichkeit wahrzunehmen, sie auch wertzu-schätzen und „unter einen Hut“ zu bekommen, das ist eine Herausforderung und auch eine große Chance.
Die Arbeit mit inneren Anteilen ist dabei sehr hilfreich und als psychotherapeutische Methode auch unter dem Namen: Ego-State-Therapie bekannt.
In dieser Gruppe nutzen wir die zahlreichen Möglichkeiten von Systemaufstellungen und lernen weitere hilfreiche Methoden zur Arbeit mit unserem „Inneren Team“ im Alltag kennen.

**Aus dem Inhalt:**

- Erarbeiten eines persönlichen „Inneren Teams“
- Wichtige Bedürfnisse erkennen und erfüllen
- Schwächere Seiten stärken
- Neue Ideen und Lösungen finden
- Verantwortung übernehmen und Entscheidungen treffen
- „Innere Team“ Arbeit für sich selbst, in der Einzelarbeit oder in Gruppen

Bei anstehenden Themen steht dann das „Innere Team“ als effektives Handwerkszeug für „Besprechungen“ zur Verfügung. Humor, Tiefgang und erleuchtende Momente sind garantiert.

Zielgruppen: Für Anfänger und Fortgeschrittene gut geeignet, um sich intensiv mit der eigenen Persönlichkeitsentwicklung zu beschäftigen. Oder als Einblick in eine Methode, die sich sehr gut für verschiedene berufliche Tätigkeiten nutzen lässt.

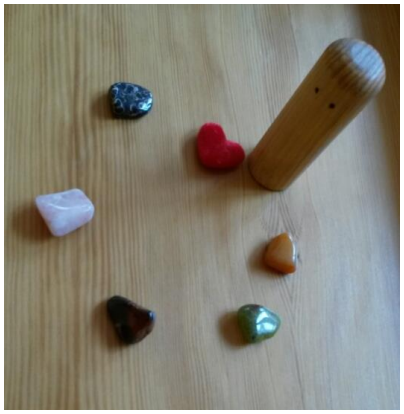
Termin: in Planung
Uhrzeit: in Planung
Kosten: 150 EUR incl. Skript
(Finanzen sollen kein Hinderungsgrund sein. In diesem Fall bitte an mich wenden.)

Ich habe bereits eine Liste von verschiedenen Menschen, die sich für dieses Seminar interessieren. Bitte sende mir eine Email, wenn du auch Interesse hast – ich suche dann nach dem besten gemeinsamen Termin.

.

Rita Jung | Systemische Praxis | Schweinfurter Straße 17 | 96049 Bamberg
Heilpraktikerin für Psychotherapie | Supervision und Coaching |Vorträge und Seminare
www.ritajung.de | mail@ritajung.de |Telefon: 09 503/5000 200

Wenn Sie sich weiter über die Grundlagen dieser Arbeit informieren möchten:
www.schulz-von-thun.de Seine Bücher kann ich sehr empfehlen.

Eine humorvolle Darstellung des Themas gibt es von Sissi Perlinger unter:
http://www.youtube.com/watch?v=V6GdeA2ShpY
Danach auf „in youbube stöbern“ klicken oder nach Sissi Perlinger, Singledämmerung und Kopf, Bauch, Herz suchen.

So könnte eine „Innere Team“ Aufstellung mit Symbolen aussehen: