



Aufstellungen des „Inneren Teams“

Dieses 6- teilige Seminar gibt es online und in der Praxis.
Termine siehe unten.

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?
....dennmanchmal sind wir gar nicht unserer Meinung ☺

Die unterschiedlichen Bedürfnisse der eigenen Persönlichkeit wahrzunehmen, sie auch wertzuschätzen 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“
- Aktivieren der verschiedenen Wahrnehmungsmuster
- Grundlagen wertschätzender Kommunikation anwenden
- Wichtige Bedürfnisse erkennen und erfüllen
- Schwächere Seiten stärken
- Neue Ideen und Lösungen finden
- Verantwortung übernehmen und Entscheidungen treffen
- Selbstgespräche bewusst „moderieren“

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

Zielgruppe: Für Anfänger und Fortgeschrittene gut geeignet, um die eigene Persönlichkeit für ein halbes Jahr konstant weiter zu entwickeln.

Dieses Seminar ist auch eine wertvolle Unterstützung um die Hochsensibilität als Ressource im eigenen Team zu integrieren.

Termine: in Planung

Uhrzeit: in Planung

Kosten: 300 Euro

Es ist möglich erst einmal nur den 1.Termin zu buchen. Kosten: 60 Euro.

Termin 2 bis 5 kann dann –wenn noch Platz ist – für 240 Euro dazu gebucht werden.



Kinesiologische Naturheilpraxis



Für Fragen, Kontakt und Anmeldungen:

rita.jung@kinesiologische-naturheilpraxis.de

Wenn Sie sich weiter über die Grundlagen dieser Arbeit informieren möchten:

www.schulz-von-thun.de Seine Bücher kann ich sehr empfehlen.

http://de.wikipedia.org/wiki/Inneres_Team

Eine humorvolle Darstellung des Themas gibt es von Sissi Perlinger unter:

<http://www.youtube.com/watch?v=V6GdeA2ShpY>

Und hier ein Video zur Aufstellungs-Arbeit im Allgemeinen:

<https://www.br.de/fernsehen/ard-alpha/sendungen/was-wir-noch-nicht-wissen/gefuehle100.html>

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

