

Wochenendseminar vom 20. bis 22.08.2021

Beginn : Freitag 18.00 Uhr

Anmeldung bis: 08.07.2021

Veranstaltungsort: KSI in Siegburg

TN-Begrenzung: 15 Personen

Referentin: Birgit Junkers

Gesundheits- und Bewusstseinstraining

Thema: „Mein inneres Kind und ich.....“

Um wirklich erwachsen sein zu können, brauchen wir unser inneres Kind.

Das innere Kind steht für die Prägungen aus unserer Kindheit – eine modellhafte

Betrachtungsweise unserer positiven wie negativen Erlebniswelten, Gefühlen, Erinnerungen und Erfahrungen aus der eigenen Kindheit.

Hierzu gehört das ganze Spektrum intensiver Gefühle wie unbändige Freude, abgrundtiefer Schmerz, Glück und Traurigkeit, Intuition und Neugierde, Gefühle, Angst und Wut, die unter bestimmten Bedingungen dem Bewusstsein zugänglich und damit wieder erlebbar werden.

Man weiß, dass die positiven wie negativen Erfahrungen aus unserer Kindheit auch später im Erwachsenenalter große Auswirkungen auf unser Empfinden und Verhalten haben und das kann auch bei Suchterkrankungen eine große Rolle spielen.

In diesem Seminar wollen wir uns mit unserem inneren Kind befassen und schauen, wie wir positive Erinnerungen und Erlebnisse für uns nutzen können, um negative Erlebnisse und seelische Wunden aus der Vergangenheit und Gegenwart zu heilen und wie wir Probleme selbstverantwortlich und selbstkompetent lösen können. Kann ein liebevoller Umgang mit uns selbst und anderen eine innere Balance und Zufriedenheit bewirken? Wenn ja, wie schaffen wir das?