

# Schattenarbeit: Integration des Schattens

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Es ist von großer Bedeutung, sich seiner eigenen inneren Dunkelheit bewusst zu sein, um angemessen mit den negativen Aspekten anderer Menschen umgehen zu können." - C.G. Jung  
"Wenn eine Situation nicht bewusst wahrgenommen wird, erscheint sie im Außen als unveränderliches Schicksal." - C.G. Jung

Termine:  
**Mo. 09.02.2026**  
**Di. 10.02.2026**  
**Mi. 11.02.2026**  
jew. 17:00-20:00 Uhr

Preis:  
**190,- Euro \***



**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Onlineunterricht**  
Tel. 0261-95252-0

Der Begriff "Schatten" bezieht sich auf unerwünschte und verdrängte Persönlichkeitsanteile, die aus dem Unterbewusstsein wirken und zu ungewollten Problemen und Ereignissen führen können. Dazu zählen Beziehungsprobleme, finanzielle Schwierigkeiten, das Gefühl, ein Opfer zu sein, Aggression, destruktives Verhalten, Krankheiten oder Süchte. In diesem Seminar bieten wir eine Vielzahl von Übungen an, die der persönlichen Entwicklung dienen und in therapeutischen Praktiken Anwendung finden.

Seminarinhalte:

1. Definition und Wirkung des Schattens
2. Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Schatten
3. Die Verbindung mit dem heilenden Selbst
4. Psychosynthese: Das Kennenlernen und Interagieren mit den inneren Persönlichkeitsanteilen
5. Identifikation und Veränderung grundlegender Überzeugungen
6. Erkennen und Loslassen von belastenden Emotionen
7. Erkennen und Auflösen von Auslösern für negative Reaktionen
8. Eine neue Perspektive auf die Vergangenheit entwickeln
9. Hinterfragen der selbst erfundenen Geschichte, die die aktuelle Situation erklärt

Dieses Seminar richtet sich an Berufsgruppen aus dem psychotherapeutischen Bereich, die ihr Fachwissen erweitern möchten.

**Dozent/in Sabine Rogg:** Nach der abgeschlossenen Ausbildung zur Erzieherin an der Fachakademie für Sozialpädagogik in Krumbach arbeitete sie in unterschiedlichen sozialen Bereichen und eignete sich in diesen Feldern Berufserfahrung und Feldkompetenz an. Es folgten Weiterbildungen zur Psychologischen Beraterin, Psychomotorikerin, Sprach- und Kommunikationsberaterin und in tiergestützter Intervention. Seit 2019 begleitete sie Erwachsene und hochsensible Kinder.



Seminarnummer:  
**SSA111090226**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:



ONLINE

**PARACELSUS**  
die Gesundheitsakademien