Das Innere Kind:
Unseren Selbstwert entwickeln

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE

Ein gesundes Selbstwertgefühl ist sehr hilfreich in schwierigen Alltagssituationen. Es beruht auf der Fähigkeit, sich selbst anzunehmen, sich selbst zu unterstützen und sich selbst zu vertrauen.Viele haben in ihrer Kindheit jedoch kein intaktes Selbstwertgefühl entwickeln können. Stattdessen haben sie viele kritische Stimmen verinnerlicht und gelernt, dass sie sich anpassen und den Erwartungen anderer genügen sollen. Als Folge davon haben sich Kindheitsmuster wie z.B. überhöhte Ansprüche oder Gehemmtheit ausgebildet. Diese Muster beeinträchtigen später das Leben und die Lebensqualität und halten davon ab, ein glückliches und erfülltes Leben zu führen.

In diesem Seminar lernen Sie Ihre Kindheitsmuster kennen und die Wirkung dieser Muster auf Ihr Leben zu verstehen. Außerdem bekommen Sie die Gelegenheit, diese Muster aufzubrechen, Ihren inneren Kritiker in seine Grenzen zu weisen und das Innere Kind zu versorgen. Dadurch können Sie erfahren, was es heißt, sich selbst wertzuschätzen und als liebenswert zu empfinden.

Der Kurs eignet sich sowohl für Therapeuten/innen als auch für Interessierte.

Dozent/in HP Anne Reeßing: Jg. 1960. Sie hat einen Bachelor of Science (B.Sc.) in Psychologie von der Open University, England. Außerdem ist sie Heilpraktikerin und hat eine Ausbildung in körperorientierter Psychotherapie sowie in EMDR (Traumatherapie). Sie besuchte Fortbildungen in Paar- und Familientherapie / Systemischer Kompetenz (FFAK) und Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Zudem besitzt sie 40 Jahre Meditationspraxis. Nach jahrzehntelanger Erfahrung mit Seminaren der Humanistischen Psychologie hat sie nach ihrem Psychologiestudium ein eigenes Seminarkonzept entwickelt, welches auf den neuesten hirnwissenschaftlichen Erkenntnissen beruht. Ihre Seminare kombinieren die theoretische Klarheit der wissenschaftlichen Herangehensweise mit der praktischen Lebendigkeit alternativer Methoden.

Termine:
Sa. 04.12.2021
So. 05.12.2021
jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:
270,- Euro *

Seminarort:
Paracelsus Schule
Bertoldstr. 65 (1. OG)
79098 Freiburg
Tel. 0761 - 70 28 71

Seminarnummer:
SSH78041221

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

* Irrtümer und Änderungen vorbehalten - 08.10.2020