

Wir machen Erfahrungen
und die Erfahrungen machen uns.

Das Wochenende **HEALING FOR HELPERS** basiert auf dem Zusammenspiel von Spiritualität und der inneren systemischen Arbeit (IFS) nach Prof. Tom Holmes (USA) und Richard Schwartz Ph.D. (USA). IFS steht für Internal Family Systems bzw. das Modell des Inneren Familien-Systems. Der Psychotherapeut Dr. Richard C. Schwartz hat dieses Modell entwickelt, indem er die systemische Sichtweise der Familientherapie auf die Innenwelt des Individuums anwendete. Es fördert in höchstem Maße die Selbstführung der Persönlichkeit.

„Zwei Seelen wohnen – ach!
– in meiner Brust. Die eine
will sich von der anderen
trennen.“ (Goethe)

„Faust beklagte, dass
er zwei Seelen in seiner
Brust habe. Ich habe eine
ganze sich zankende Men-
ge. Da geht es zu wie in einer
Republik.“ (Bismarck)

Zu Beginn des Workshops werden Bedeutung und Erleben des **Inneren Teams** vermittelt. Therapeuten können dies in ihre Arbeit einfließen lassen.

HEALING FOR HELPERS

Alltagssituationen, Anforderungen und Anstrengungen gehen für ein Wochenende in den Hintergrund. Wir gehen auf die Reise zum inneren Selbst. Ruhe finden, Kraft tanken, neue Erfahrungen machen mit sich und anderen.

Dieser Workshop findet regelmäßig im Frühjahr und Herbst eines Jahres statt. Er richtet sich an Menschen, die täglich in sozialen, therapeutischen und medizinischen Berufen unterstützend und begleitend tätig sind und selbstverständlich auch an diejenigen, die sich durch diesen Flyer angesprochen und gerufen fühlen.

AusZeit & SelbstErfahrung

Das **Kennenlernen eigener Persönlichkeitsanteile** ist fester Bestandteil des Wochenendes. Achtsame, wertschätzende und liebevolle Begegnung mit dem eigenen inneren Team, ermöglicht neuen Umgang mit sich selbst und Anderen. Ressourcen werden geweckt und Balance darf entstehen. Ergänzende Meditation, **Imaginationsreisen zur inneren Kraftquelle** werden diese Begegnungen einrahmen. Sie werden dazu beitragen Veränderungsprozesse zu ermöglichen und selbststabilisierend zu wirken. Dies alles bewirkt Durchatmen und Entspannung für Körper und Seele. Humor, Leichtigkeit, Lebendigkeit und Austausch in der Gruppe sind willkommen.

Ich freue mich auf ein spannendes und erholsames Wochenende mit allen TeilnehmerInnen.