



Uns selbst geben, was unsere Eltern nicht konnten...

Gönne dir Zeit für dich selbst und lausche der Stimme deines Kindes, das in dir angenommen werden möchte. Nimm dir Zeit es zu trösten, zuzuhören und da zu sein. Du wirst sehen, es hat dir viel zu erzählen.

In diesem geschützten Rahmen können wir uns während des Wochenendes ein Stück selbst heilen...

Seminar

Heile dein inneres Kind

25.-27. Oktober 2024
auf Burghof Stauf

Ines Seegers, systemische Therapeutin

seegers-praxis.de

0176 - 83 29 63 31

Praxis für systemische Therapie & Coaching
Ines Seegers • Wielandstraße 34 • 12159 Berlin



Kosten

Seminarteilnahme pro Person: 220 €

Verpflegung und Unterkunft sind gesondert über das Seminarhaus Burghof Stauf zu buchen:

Unterkunft für 2 Nächte

pro Person, inkl. Bettwäsche, Handtücher und Bettenservice

Einzelzimmer: 148 €

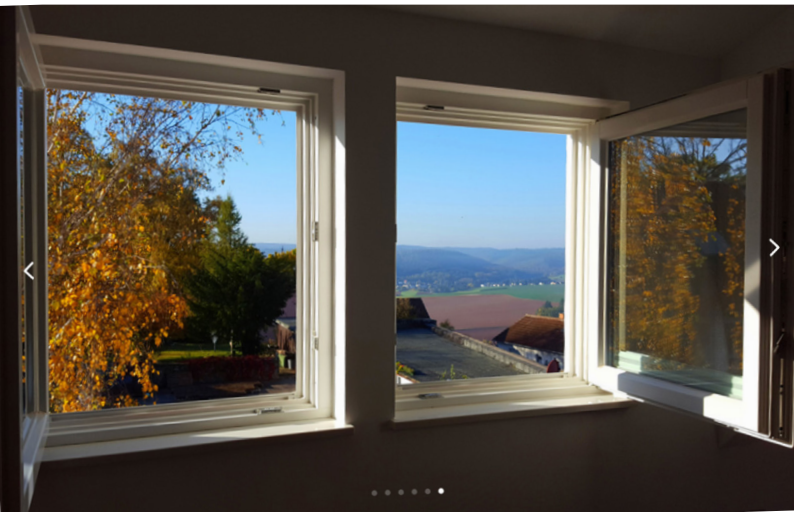
Doppelzimmer, Einzelbelegung: 174 €

Doppelzimmer, Doppelbelegung: 148 €

Vegetarische Vollverpflegung 140 €

Seminarprogramm / Inhalte

- Rückerinnerung an die Kindheit
- Annahme des Schattenkindes
- Gruppen und Einzelarbeit
- Dynamische und Kundalini Meditation
- Höhle bauen
- Bonding Therapie
- Imaginationsübungen
- Glaubenssätze erkennen und erneuern
- Aufstellung Glaubenssätze
- Innere Reise/ Meditationen
- Embodiment
- Brief an dein inneres Kind schreiben





Ines Seegers

Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG)
systemische Familientherapeutin (DGSP)

„Die Art, wie wir mit unseren Kindern sprechen, wird ihre innere Stimme.“

Peggy O'Mara

Fragst Du Dich, warum Du reagierst, wie Du reagierst?

Manchmal können Gefühle unkontrolliert und mit großer Kraft über uns kommen. Du fühlst Dich traurig, wütend oder ängstlich. Du fragst dich, warum du so reagierst und würdest vielleicht so gern anders sein, da du so vielleicht Menschen verletzt oder nicht für dich einsteht.

Die Gefühle des inneren Kindes wie Ablehnung, die Angst, nicht gewollt oder geliebt zu werden oder auch der Trennung der Eltern sind nachhaltiger und mächtiger als uns bewusst ist. Sie beeinflussen die Beziehungen, Gedanken und Verhalten im Erwachsenenalter.

Die Arbeit mit Deinem inneren Kind beinhaltet die große Chance, die tief verwurzelten Ängste aus der Kindheit anzunehmen und zu verändern.

Das innere Kind ist ein psychologisches und therapeutisches Modell, eine Metapher für die in der Kindheit geprägten Persönlichkeitsanteile.