

Kommunikation mit inneren Teilen mit Miguel Gahn

Für die Teilnahme werden Kenntnisse der Hypnose vorausgesetzt. Wir arbeiten mit der „strukturierten Hypnose“. Falls Sie dieses Modell nicht kennen, informieren Sie uns.
[aktuelle Termine unter www.hypnose-akademie.de](http://www.hypnose-akademie.de)

„Zwei Seelen wohnen, ach! in meiner Brust.“ Goethe

Innere Teile: das sind jene Gedanken, die einem ständig im Kopf herumgehen, oder jene Gefühle, die man nicht abschütteln kann, selbst wenn man sich noch so anstrengt.

Dieses Seminar gibt Einblick auf die Bühne dahinter. Und den „Tanz“ der inneren Teile, die sich da so tummeln (oder den Kampf, siehe Bild). Die Arbeit mit inneren Teilen hat viele Namen: Parts-therapy, Ego-State-Therapie, Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen oder Teilpersönlichkeiten, states of mind oder neuronalen Netzwerken.

Sie erfreut sich zunehmender Aufmerksamkeit- zu Recht, wie ich finde.

In der täglichen Praxis stellt sie eine äußerst hilfreiche Erweiterung der therapeutischen Möglichkeiten dar. Allein das Aufspüren und Wahrnehmen bisher unterbewusster Anteile verschafft oft eine große Erleichterung. In diesem Seminar geht es darum, nicht nur das Hintergründige zu erkennen, sondern mittels Kommunikation und Verhandlungsgeschick die innere Harmonie wiederherzustellen und so Symptome zu lindern oder aufzulösen.

„Alle unsere Persönlichkeitsteile entstehen mit dem Ziel, uns bei der Anpassung an körperliche, seelische und soziale Bedürfnisse zu helfen. Diese unterstützende Funktion bezeichnen wir als positive Absicht jedes unserer Teile.“ Tom Holmes, Professor für Psychologie und Psychotherapie.

Mich beeindruckt immer wieder die Effektivität der Arbeit mit inneren Teilen. Darum wussten auch schon die Schamanen, beispielsweise der Inka (und in erstaunlich vielen anderen Kulturen auf der ganzen Welt), wenn sie Reisen in die Anderswelt machten, um dort „verlorene“ Seelenanteile wiederzuholen.

In diesem Seminar geht es sowohl um sich problematisch äußernde innere Teile (wie biografische Teile: innere Kinder beispielsweise), als auch um Lösungsteile wie innere Experten (weiser Mann bzw. weise Frau, innerer Heiler, Gefährte).

Ein weiteres Thema ist das Erkennen von Grenzen: Das Konzept, ein verletztes inneres Kind zu heilen, ist manchmal das falsche Konzept! Warum- und was dann? Dazu mehr im Seminar.

Anwendungsbereiche: Auflösung innerer Konflikte und daraus resultierender Störungen, Verbesserung der Beziehung zu sich selbst (und anderen), Selbsterkenntnis

Seminarinhalte: neurobiologische Grundlagen von inneren Teilen – Die innere Bühne – Kommunikation mit inneren Teilen – Achtsamkeit, beobachtendes Ich und „Selbst“ – Grenzen erkennen

Methoden:

Kurzvorträge – Demonstration der Methoden – praktische Übungen – Selbsterfahrung – Fallbeispiele – Handouts

Anmeldung

per Post • per Mail info@hypnose-akademie.de • telefonisch 040 47 33 38