

Seminar-Angebote

Stand: 11. 1. 2019 / 23. 1. 2020

Atem:

- **Vom Atem der Seele**
Mit innerer Achtsamkeit zu sich selbst kommen und dadurch Freiraum für inneren Wandel schaffen. Tiefenpsychologisch orientierte Atemlehre nach Cornelis Veening

Tiefen-Psychologie (Seelenkunde) nach C.G.Jung und Erich Neumann

A). „Die 4 Orientierungsfunktionen des Ichs“ (Denken-Fühlen-Intuieren-Empfinden)

- **Wie wir uns im Leben orientieren:** Das Zusammenspiel von Wahrnehmung und Beurteilung erkunden. (Alte) Muster begreifen, (neue) Möglichkeiten erkunden.
- **Die Wiederentdeckung ganzheitlicher Wahrnehmung**
Intuitives Wahrnehmen und das über unsere „fünf Sinne“ in Einklang bringen.
- **Die Chance der zweiten Lebenshälfte:** Über das, was ich tun muss und schon kann hinaus erkunden was ich noch tun möchte und entdecken welche ungenutzten Talente und Möglichkeiten noch in mir schlummern.
- **Der Welt extravertiert oder introvertiert begegnen:** Die beiden gegensätzlichen Grundformen unserer Begegnungsart erkunden und miteinander versöhnen.

B). „Unsere Psyche besteht aus bewussten und unbewussten Strukturen, die zusammen eine Einheit bilden

- **Wir Menschen sind schöpferisch und zur Selbstverwirklichung fähig:** Das Zusammenspiel unserer bewussten und unbewussten psychischen Anteile erkunden.
- **Dem Sinn des Lebens nachspüren:** „Das kleinste mit Sinn ist nährender als das größte ohne Sinn.“ (Jung) - Wie oder worüber kommt der Mensch zur Sinnfindung?
- **Die männliche und die weibliche Art die Welt zu sehen und in ihr zu wirken:** Das Bewusstsein kann auf das Bewusste, Konkrete oder auf das Unbewusste, Intuitive bezogen sein. Jeder Mensch hat immer auch beide Bezüge zur Verfügung, aber unterschiedlich gewichtet und individuell ausgeprägt.
- **„Nicht wir haben Komplexe, sondern die Komplexe haben uns.“** (Jung) - Komplexe sind eingefahrene Verhaltensweisen mit einem hohen Anteil an Emotionen. Meist in der Kindheit entstanden, laufen sie dann - ob wir es wollen oder nicht automatisch ab. Entdecken und ansprechen kann zur Lösung verhelfen.

Traum und Symbolarbeit

- **Anleitung zum eigenen Traumverständnis,** aus tiefenpsychologischer Sicht: Schritt für Schritt die Botschaften seiner Träume selbst entschlüsseln lernen.

- **Träume sind symbolische Botschaften aus dem Unbewussten.** Die beiden Traumtheorien von C.G. Jung und „die Sprache der Symbole“ verstehen lernen.

Der Dialog mit dem Inneren Kind - aus tiefenpsychologischer Sicht

- **Das innere Kind als Hüter der Lebensquelle, Ratgeber und Spiegel der Seele**
Als Erwachsene beruht unsere Lebendigkeit auf den Rückbezug zur eigenen Quelle.

Angst

- **Die 4 Grundformen der Angst nach Fritz Riemann**
Die grundlegenden Ängste gehören zum Menschsein dazu. Diese Sicht entlastet die rein persönliche Zuschreibung und weitet die Möglichkeiten mit ihnen produktiv und kreativ umzugehen.
- **Ein versöhnliches Verhältnis mit der Angst herstellen**
Der Mut - sich einmal mit seinem „Schattenbereich“ auseinanderzusetzen - kann sich lohnen: Das Selbstvertrauen kann gestärkt, Lebensmöglichkeiten wieder erschlossen werden.

Erich Neumann, Tiefenpsychologe

- **Wir werden in die Einheitswirklichkeit hinein geboren**
Struktur und Dynamik des Kindes zur werdenden Persönlichkeit.
- **Die Ich-SELBST-ACHSE:** „Das Ich ist eine Filiale des Selbst“. Das Ich ist das Zentrum des Bewusstseins, das Selbst das Zentrum der Gesamtpersönlichkeit. Es geht um die Anbindung an den eigenen Wesenskern.
- **„Die Große Mutter“.** Die Phänomenologie der weiblichen Gestaltungen des Unbewussten erkunden.

Astrologie:

- **Das astrologische Symbol als Schlüssel zum Unbewussten**
„Es scheint, als entspräche das Horoskop einem bestimmten Augenblick im Gespräch der Götter, d.h. der psychischen Archetypen.“ (C.G. Jung)
- **Das Horoskop als Gleichnis der Natur-Qualitäten:** 12 Monate, 4 Jahreszeiten.
- **Über die 4 Quadranten der Horoskopstruktur:** Das Zusammenspiel vom schicksalhaften Vorgabe und eigenem Verhalten begreifen.
- **Die Horoskopstruktur auf mythologische Urbilder/Gottheiten bezogen**

.....

Das Gemeinsame in meinen Angeboten ist zum einen, dass es mir immer um das Aufzeigen von Ganzheitlichkeit geht, auf das menschliche Bezogensein auf seine inneren Kräfte. Und zum anderen, dass ich jedes theoretische Wissen immer über die persönliche Erfahrung vermittele (innere Achtsamkeit/Imaginationen, Rollenspiele und Erfahrungsübungen)