

## Arbeit mit inneren (Kind) Anteilen

Mehr Innere Klarheit erlangen

1-Tages-Workshop

Was wir als Kinder erleben prägt uns für unser ganzes Leben. Heute ist allgemein bekannt, dass besonders die ersten drei Lebensjahre starken Einfluss haben. In diesen Jahren und den Jahren bis zur Einschulung entstehen viele unserer grundsätzlichen Anschauungen auf das Leben, oft auch „Glaubenssätze“ genannt. Da uns diese Anschauungen meist nicht bewusst sind, fühlen sie sich an wie „das ist die Wahrheit und so funktioniert das Leben“.

Um mit diesen vermeintlichen Wahrheiten des Lebens umzugehen, kreieren wir ganz automatisch eigene individuelle Strategien. In der Kindheit sinnvoll und manchmal sogar überlebensnotwendig! Allerdings nutzen wir diese auch noch im Erwachsenenalter, wenn sie schon längst nicht mehr nötig wären...



So kann es sein, dass uns unsere Anschauungen und die damit verbundenen Strategien begrenzen und uns mit anderen in Konflikte geraten lassen. Solange wir die inneren Dynamiken und Kräfte nicht kennen, die uns antreiben, sind wir in den alten Mustern gefangen. Immer wieder geraten wir beispielsweise in ähnlichen Situationen in Rage oder fühlen uns zutiefst verletzt. Und oft geraten wir immer wieder an die gleichen Menschen und fragen uns ratlos, was da passiert...

Um die alten Muster aufzudecken, wertzuschätzen und ggf. zu verändern unternehmen wir an diesem Tag eine spannende Reise in die eigene Innenwelt – ganz besonders zu den inneren Kind-Anteilen.

Wer seine inneren (Kind) Anteile kennt, ist in der Lage, die Umgebung anders wahrzunehmen und in Situationen auf neue und sinnvollere Art und Weise zu reagieren. Die Arbeit mit inneren (Kind) Anteilen schafft mehr Klarheit und Freiheit.

**Inhalte des Tages:**

Modell der Inneren Anteile

Arbeit mit inneren Kind-Anteilen und Verständnis von deren Entstehung

Verstehen von Wechselwirkungen mit anderen Menschen (insbesondere Partner, Kinder, Eltern, aber auch Kollegen, Freunde etc)

Erarbeiten neuer Verhaltensstrategien

Transfer in den Alltag

**Termin:** Montag, 09. März 2020 von 9:00 – 17:00 im Zug

**Dozentin:** Eva Weiss-Trinkler (Dipl. Erwachsenenbildnerin HF / Coach für Veränderung / Hakomi Therapeutin i.A.)

**Investition:** SFr. 390,- inkl. Seminar-Unterlagen (zuzügl. Verpflegung vor Ort)

**Ort:** Zug

**Teilnehmerzahl:** Kleingruppe von 6 – 10 Teilnehmenden

**Anmeldung bei:**

[www.tri-education.ch/anmeldung/](http://www.tri-education.ch/anmeldung/)  
[eva.weiss-trinkler@tri-education.ch](mailto:eva.weiss-trinkler@tri-education.ch)