

Seminar.
**Heile oder befreie deine unterdrückte
Weiblichkeit oder Männlichkeit.**

Datum:
Samstag, 14. und Sonntag, 15. März 2020

Zeiten:
1. Tag: 8.30 Uhr bis ca. 19.00 Uhr (inkl. Mittagspause)
2. Tag: 8.30 Uhr bis ca. 18.30 Uhr (inkl. Mittagspause)
Im Bereich Zeit wird eine gewisse Flexibilität erwartet.

Ort:
Praxisraum, Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon

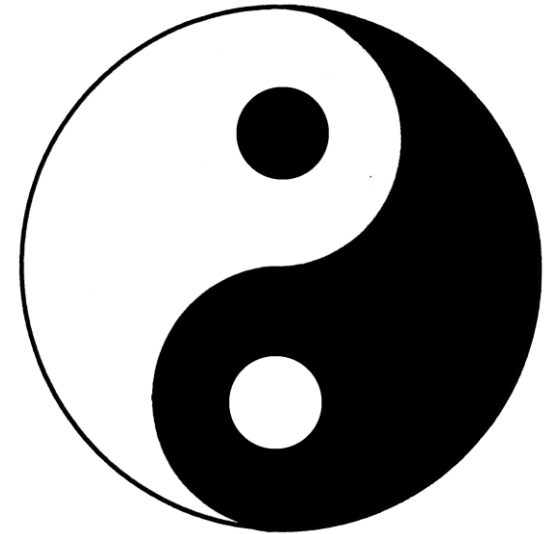
Seminarkosten:
Fr. 400.– für das Wochenende

Teilnehmerzahl:
8 Personen, d.h. max. 8 Aufstellungen
Gemischte Gruppe ist sehr erwünscht.

Anmeldung:
Telefonisch, per E-Mail oder schriftlich an unten
aufgeführte Adresse



Verena Cajochen
moviment, systemisches Coaching
Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon
Tel. 043 497 05 01
Mail: praxis@moviment-cajochen.ch
www.moviment-cajochen.ch



Seminar.
**Heilen der verletzten
Männlichkeit oder
Weiblichkeit.**

Erkenne deine verdrängten
Verletzungen. Lerne deinen
weiblichen oder männlichen Teil neu
kennen und bewusst anzunehmen.
Dann erwartet dich ein
selbstbestimmtes Leben.

Das Problem.

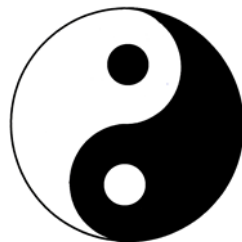
Wann Männlichkeit und wann Weiblichkeit leben?

Als Mann wurde dir beigebracht, dass Gefühle etwas für Frauen sind, dass Durchsetzung und Wettbewerb belohnt werden, dass Abspaltung deiner emotionalen Bereiche dazugehört und hingenommen werden muss, dass im Aussen zu sein das Richtige ist, denn dein Wert ist von der äusseren Anerkennung abhängig.

Als Frau wurde dir beigebracht, dass angepasste und brave Frauen es leichter haben in der Gesellschaft, dass Aufopferung, Hingabe und Selbstaufgabe anerkannt und belohnt werden, dass selbstbewusste Frauen abgelehnt und bekämpft und dass Leidenschaftlichkeit, Authentizität und Selbstbestimmung kritisiert werden.

Diese Erwartungen erzeugen in dir viel Druck und Unzufriedenheit. Du funktionierst, leistest, versorgst und bist immer dran und versuchst, dich dem perfekten Männer- oder Frauenbild anzupassen. Die von aussen gestellten Anforderungen beherrschen dich. Es gibt wenig Platz für dich und deine Bedürfnisse, weil du gar nicht mehr richtig weisst, was du im Moment benötigst. Du weisst, was andere wollen und das erschöpft dich.

Weshalb das so ist, will das Seminar aufzeigen und klären.



Die Lösung.

Der männliche und der weibliche Teil = 1 Team.

Damit deine männliche Kraft und deine weibliche Intuition zusammen arbeiten können, verbindest du dich mit dem unterdrückten Teil in dir. Du lernst so:

- deine hindernden Glaubenssätze zu ändern;
- deine eigenen Werte bewusst zu leben;
- deine Stärke mit deiner Herzenergie zu verbinden;
- nicht mehr Erwartungen zu erfüllen, um geliebt und anerkannt zu werden;
- dich auch im Mitgefühl und in der Liebe vollständig zu fühlen;
- mit deiner Kraft und deiner Macht im Reinen zu sein
- und dich selbst zu sein, richtig und wertvoll.

Im Seminar sollen männliche **oder** weibliche Werte und Persönlichkeitsanteile angeschaut werden. Ob Männlichkeit oder Weiblichkeit, alle Teile verdienen die gleiche Aufmerksamkeit. Nur so ist ein Miteinander möglich. Und das macht stark und zufrieden.

Die Methode.

Systemisches Coaching.

Mit Hilfe der familiensystemischen und der traumatherapeutischen Arbeit werden die inneren Anteile (Männlichkeit oder Weiblichkeit) aufgestellt. So können hindernde Blockaden gelöst werden.