

Workshop

Datum:

Samstag, 22. Juni 2024

Zeit:

8.30 Uhr bis ca. 17.30 Uhr (inkl. Mittagspause)
(Im Bereich Zeit wird eine gewisse Flexibilität erwartet.)

Ort:

Praxisraum, Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon

Kosten:

Fr. 300.- pro Person

Leitung:

Verena Cajochen
familiensystemische und Trauma-Therapeutin,
langjährige Erfahrung

Anmeldung:

telefonisch, per E-Mail oder schriftlich
Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.



Workshop Transformation und Integration

Altes loslassen, Neues zulassen.
Behinderndes wandeln.
Unbekanntes nutzen.
Blockierendes erkennen
und Vergessenes integrieren.

Anmeldung:

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



Transformation bedeutet,

- erkennen, was nicht mehr dient und nützlich ist;
- Altes und Übernommenes hinterfragen;
- verlorene Anteile integrieren;
- Behinderndes wandeln;
- Neues und Unbekanntes bewusster zulassen;
- Authentizität wählen, statt Erwartungen erfüllen;
- ganz werden und
- das sein, was vorgesehen ist.



In mir sind Potenziale, die noch entdeckt werden wollen. Teile, die mir helfen, mich ganz zu fühlen und mich zu leben. In mir sind Anteile, die aus Schutz verhindern und mich blockieren. Die Leichtigkeit des Seins, die Fähigkeit im Jetzt zu leben und das bedingungslose Vertrauen, richtig und wertvoll zu sein, sollen angesprochen werden. Und falls diese Haltungen noch nicht selbstverständlich gelebt werden, soll das gewandelt werden.

Im Workshop geht es darum, vergessene gegangene Anteile aufzuspüren, zu kommunizieren und zu integrieren. Eine intensive Auseinandersetzung mit dem inneren Kind.

Workshopinhalt

Ich erkenne, dass

- da Teile in mir sind, die darauf warten, entdeckt und gelebt zu werden;
- Blockaden aufgespürt und gewandelt werden können, weil ich in Kommunikation gehe mit ihnen;
- ich alles in mir zulassen darf, egal, was früher geschehen ist und wie schlimm es auch war;
- es Gründe gibt, wieso diese Limitierungen in mir sind und
- ich mir zustimmen kann, auch wenn Verletzungen sich erst jetzt zeigen. Heilung des inneren Kindes wird so möglich.

Ziel

Im Workshop lasse ich das los, was mich behindert und blockiert und mache Platz für das, was mich nährt und unterstützt, sodass ich das auch im Alltag bewusst leben kann.

Vorgehen

- Theorie
- Austausch
- Trancearbeit
- Heilrituale
- Selbstreflexion

