

Teilpersönlichkeiten oder Stimmen sind wie Energiesysteme, die ständig in jedem Menschen wirksam sind. Durch sie gestalten und erleben wir unser Leben.

Wenn wir unsere innere Vielstimmigkeit verstehen lernen und zur inneren Teamentwicklung fähig werden, können wir kraftvoll handeln und stimmig kommunizieren: sowohl in der Übereinstimmung mit uns selbst sowie mit den Belangen der Situation

Nutzen:

Sie verfeinern Ihre Selbstwahrnehmung!

Sie gewinnen Einblick in die Kommunikation mit dem "Inneren Team"!

Ziele:

Sie erkennen Ihre Ressourcen und können diese bewusst nutzen!

Sie können inneren Konflikten bewusster begegnen!

Sie bringen sich im Innen sowie im Außen in den Einklang!

Zielgruppe: Menschen, die sich selbst reflektieren - Menschen, die Entscheidungsprozesse sensibel abwägen - Menschen, die Ihre Selbstwahrnehmung erweitern möchten

Inhalte:

Voice Dialog

- Hauptstimmen
 - Weitere Stimmen
 - Verdrängte Stimmen und ihre Botschaften
-
- > Zusammenhang zur Transaktionsanalyse
 - > Das "Innere Team"
 - > Einblick in die Skulpturarbeit nach V. Satir
 - > Meine vielen Gesichter
 - > Ressourcen erkennen und sichtbar machen
 - > Kreatives Einsetzen und Verstehen

Methode: Trainerinput durch Vortrag und Präsentationen, Partner- und Gruppenarbeiten, Rollenspiele und systemische Aufstellungen

Dauer:
1 Tag

TNzahl:
max. 10 Personen

