Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Pubertät und das Erwachen der Sexualität

Primärtherapie Intensiv – "Teenager"

Datum:	**30.05.2027 - 06.06.2027**
Dauer:	7 Tage
Leitung:	**Halima Cornelia Hane , Sudhir Seyboth**
Anzahlung	500,00 €
Preis:	**1.290,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Dieses Seminar bietet dir die Chance, den Prägungen aus deiner Jugendzeit und Erfahrungen mit deiner erwachenden Sexualität neu zu begegnen. Durch spielerisches Ausprobieren lernst du, deine Empfindungen wahrzunehmen und dich der Energie deines Körpers anzuvertrauen.

Seminarbeschreibung

Dieser Teil des Seminars führt dich zurück in deine Pubertäts- und Teenagerjahre. Die Prägungen aus der Kindheit führten oft dazu, dass wir nicht das nötige Vertrauen hatten, uns in der beginnenden Entwicklung der sexuellen Energie auszuprobieren. Wir hatten niemanden, dem wir uns mit unseren inneren Nöten und Ängsten anvertrauen konnten, um so über sie hinauswachsen zu können. Wir übernahmen unbewusst die Konditionierungen und das Rollenverhalten unserer Eltern und ihre Botschaften über Sexualität und Mann-Frau-Sein.

Es ist heilend, die Erfahrungen aus dieser Zeit miteinander zu teilen und sich selbst und die anderen – gleichen wie anderen Geschlechts – mit all der Unsicherheit und Ungewissheit anzunehmen. Durch spielerisches Ausprobieren lernst du, deine Empfindungen wahrzunehmen und dich dem Strömen der Energie deines Körpers anzuvertrauen. Du kannst dich öffnen, mehr Nähe zulassen und letztendlich die Wunden und alten Rollen hinter dir lassen und das finden, was wirklich deines ist.

Themen des Seminars

- Annehmen deines Körpers und deiner Sinnlichkeit
- Botschaften deiner Eltern in Bezug auf Sexualität und Beziehungen erkennen und lernen, deinen eigenen Weg zu gehen
- Jungen unter sich – Mädchen unter sich: Zugehörigkeit zum eigenen Geschlecht
- Dem Teenager die Unterstützung zukommen lassen, die er braucht, um zum Mann oder zur Frau zu werden
- Negative Erfahrungen, die du mit dem anderen Geschlecht gemacht hast, verarbeiten und dich für neue Begegnungen öffnen
- Regelmäßige Meditationen: in deine Mitte kommen, dich in dir verwurzelt fühlen und das Erlebte integrieren

Voraussetzung

Teilnahme an dem Seminar "Wiederentdeckung des inneren Kindes" von "Primärtherapie Intensiv".

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr.

Dozent*innen

Halima Cornelia Hane

Heilpraktikerin für Psychotherapie und seit über 30 Jahren therapeutisch tätig. Ihr Hintergrundwissen in Primärtherapie, sexueller De-Konditionierung, Tantra, Bioenergetik, Somatic Experiencing (SE)® nach P. Levine und Rebalancing, verbunden mit ihrer liebevollen Haltung, kreieren ein unterstützendes Umfeld für Transformation und Wachstum.

Sudhir Seyboth

In den frühen 80er Jahren arbeitete Sudhir als Projektleiter in der CAD/CAM Entwicklung für die Automobilindustrie. Doch dann beschloss er, seine Karriere fallen zu lassen, um um die Welt zu reisen. 1986 kam er zu seinem ersten Besuch nach Indien. Er wurde zertifizierter Yogalehrer und ein Jahr später traf er den indischen Mystiker Osho. Nach jahrelanger Praxis und Ausbildungen in Meditation, Atemtherapie, Gruppendynamik, NLP und Stressmanagement begann er, in Europa und in den USA Seminare und Weiterbildungen anzuleiten. Seit 1997 arbeitet Sudhir als Coach und Management-Trainer. Er leitet Seminare für Teams und Führungskräfte, insbesondere in den Bereichen emotionale Intelligenz, Kommunikation, Motivationspsychologie, Konfliktmanagement und mentales Training.