Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Wiederentdeckung des inneren Kindes

Primärtherapie Intensiv – "Kindheit"

Datum:	**01.03.2024 - 14.04.2024**
Dauer:	9 Tage
Leitung:	**Veeto Charlotte Eitel**
Anzahlung	500,00 €
Preis:	**1.535,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Die Wurzeln unserer Verhaltensmuster, Überlebensstrategien und Ängste liegen in der frühen Kindheit. Durch Bewusstwerdung, emotionalen Ausdruck und das liebevolle Annehmen unseres "Inneren Kindes" können sich Körper und Nervensystem wieder entspannen und heilen.

Seminarbeschreibung

Dieses Intensivseminar führt dich zurück in deine frühe Kindheit. Es gilt, bewusst wieder zu erleben, was das Kind erfahren, gelernt und verinnerlicht hat. Diese Bewusstwerdung hilft dir dabei, dich von Verhaltensmustern und Ängsten zu befreien, deren Wurzeln in frühkindlichen Anpassungsmechanismen liegen. Wir erkennen Überlebensstrategien, die in der Familie hilfreich waren, aber jetzt im Leben als Erwachsene unangemessen sind.

Im emotionalen Ausdruck können sich unterdrückte Gefühle wie Wut, Trauer und Schmerz lösen, sodass der Körper und das Nervensystem sich wieder entspannen können. Wenn du beginnst, dein Inneres Kind anzunehmen, kann es wieder zu seinem Vertrauen zurückfinden. Dann können emotionale Wunden heilen und du kannst dich in deiner Einzigartigkeit entfalten.

Themen

- Bewusstwerdung der Dynamik zwischen dir als Erwachsenen und den Gefühlen des Kindes
- Raum für die Gefühle des Kindes, die nicht erlaubt waren oder verurteilt wurden
- Deine Rolle innerhalb der Familie: erkennen, wie diese Rolle dein Selbstbild bestimmt und sich im Berufs und Beziehungsleben wiederholt
- Aus der Hilflosigkeit des Kindes zu Würde und Kraft gelangen: die Fähigkeit entwickeln, sich zu wehren und Grenzen zu setzen
- Bedürfnisse eingestehen: lernen, für das zu sorgen, was du brauchst
- Ressourcenarbeit: Entdeckung des natürlichen Inneren Kindes und seiner Kraft
- Prägungen während Empfängnis und Schwangerschaft
- Neue Geburt, neuer Anfang: dich willkommen heißen mit deiner Spontanität und Authentizität

Termine

Teil 1

01. - 03. März 2024

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr

Teil 2

08. - 14. April 2024

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr

Ende jeweils am letzten Tag um 17:00 Uhr

Voraussetzung

Vorgespräch mit der Seminarleitung.

Zum Kennenlernen

Einführung in die Primärtherapie

19. - 21.01.2024

Termine

Pubertät und das Erwachen der Sexualität – "Teenager"

03. - 08.06.2024

Video

Samarona stellt die Arbeit mit dem inneren Kind vor.