

Wege zum Wesen



kreatives Gestalten & achtsame Gesprächsbausteine

Menschen, die an ihre Grenzen stoßen bringen auch ihr Umfeld in herausfordernde Situationen. Sie auf diesem Weg liebevoll und unterstützend zu begleiten, erfordert Mut und innere Stärke. Gerade dann ist es wichtig, passende feinfühlig Vorgehensweisen zu finden, die sowohl Dir als auch Deinem Gegenüber helfen, gemeinsam durch diese schwierigen Zeiten zu gehen.

Genau darum geht es in diesem Workshop: Kreatives Gestalten eröffnet Räume zu inneren Bildern über das sprachlich Erfassbare hinaus. Navigiere sicher durch Gespräche und beziehe über die Sprache auch den Verstand mit ein.



Ziele

- Begegne Deinem noch unbewussten Potenzial und tritt mit der unterstützenden Kraft Deiner inneren Weisheit in Kontakt
- Erkunde wie du durch vielfältige kreative Ausdrucksmöglichkeiten deinen bisherigen Erfahrungshorizont des Alltags überschreiten kannst
- Hole Dein Gegenüber in dessen Sprache ab und formuliere so, dass er/sie sich verstanden fühlt.

Inhalte

- Selbsterfahrung: Eigenes erleben, um persönlich zu wachsen und die Früchte auch zu anderen weiterzutragen
- Reflexion der eigenen Erfahrungen
- konkrete Tools & Techniken zum Mitnehmen und auch selbst machen: vielfältige Bausteine, aus denen du immer wieder Neues entwickeln kannst – stelle dir Deine persönliche Schatzkiste zusammen, auf die Du Dich verlassen kannst und die kontinuierlich wächst
- Transfer in die alltägliche Praxis: fortwährender Prozess dessen Ressourcen Du immer wieder flexibel und variabel nutzen kannst

kreatives Gestalten

- macht innere Prozesse sichtbar

Tritt in Kontakt mit Deiner inneren Weisheit und lerne dein besser Unbewusstes kennen. Entdecke Deine persönliche Symbolsprache und finde neue Möglichkeiten um deine Gedanken, Gefühle – Deine innere Welt, über die Grenzen des sprachlich Erfassbaren hinaus, auszudrücken.

- überwindet Barrieren

Deine Seelenbilder spiegeln, was in Dir steckt und was ausgesprochen werden möchte. Spontane Ausdrucksformen, die beim kreativen Gestalten entstehen, eröffnen neue Perspektiven auf bisher verborgene Muster, Automatismen und dergleichen. Begegne bisher noch unbekanntem inneren Schätze und brachliegenden Potenzialen. Erschaffe neue Wirklichkeiten mit spielerischer Leichtigkeit und lass Dich so zu konstruktiven Veränderungen in Deinem Leben führen.

- bringt Dich in Kontakt mit Deinen Ressourcen

Setze Dich mit Dir und den Themen in Deinem Leben auseinander. Erkunde neue Facetten deiner Persönlichkeit und erlebe, wie Dein kraftvoller und freudiger kreativer Fluss Dich auch in deinem Alltag stärkend bereichert.

individuell begleitete Reflexion im Dialog

Verstehe Deinen Ausdruck und finde dafür Deine passenden Worte – Deine Wahrnehmung und Interpretation steht im Mittelpunkt. Gewinne tiefgehende Einsichten, erkenne Zusammenhänge und transformiere hinderliche Muster. Verändere Deinen Zugang zur Welt, definiere Deinen Standpunkt neu. Das aktive Beziehen Deiner Position meisterst Du die Dir vom Leben gestellten Aufgaben gestärkt im mutigen Vertrauen.

Gesprächsbausteine für die tägliche Praxis

Nimm bewusst wahr, was Dein Gegenüber bewegt, und lerne die Sprache seines Wesens kennen. Gemeinsam trainieren wir, dies in passenden Worten und Bildern für Gegenüber stimmig auszudrücken. Erkenne stressauslösende Hintergründe, Ursachen und Wurzeln und bringe sie ins Bewusstsein. Begleite beim Definieren von Zielen mit Zugkraft die leicht handelbaren Portionen umsetzbar sind. So führst Du in empathischer Klarheit sowie mit guten Worten mutig und sicher durch Gespräche. Du bekommst einen Leitfaden aus konkrete Bausteine für gelingende therapeutische Gespräche an die Hand.



Invest: € 250

2 Halbtage online - Termine nach Vereinbarung

Dr. Veronika Hübner
LebensTheologin, Kinesiologin,
Dipl. psycholog. Beraterin,
Supervisorin und Mediatorin
www.meintraumwirdwahr.at



Gudrun Murina
Heilpraktikerin Psychotherapie
Dipl. Familien- und Sozialberaterin
Reiki- und Meditationslehrerin,
ganzheitliche Entspannungstherapeutin
Onlinekongressveranstalterin u. Mentorin
www.lebenswendepunkt.de

