



Momente der Auszeit

2018/2019

Raus aus alten Mustern - zu Gunsten von mehr Leichtigkeit und Lebensfreude

Do., 11.10.18 / 19.⁰⁰ – 22.⁰⁰ Uhr Kurs-Nr.: PF-1110

Do., 28.02.19 / 19.⁰⁰ – 22.⁰⁰ Uhr Kurs-Nr.: PF-2802



Petra Fuchs

Heilpraktikerin /
psychologische
Beratung

Frühe Erfahrungen von Trennung, Unfall oder Tod eines Familienangehörigen, emotionaler und sexueller Missbrauch, körperliche Gewalterfahrung in der Kindheit, haben nachhaltige und traumatische Auswirkungen auf unsere Psyche. Um mit diesen Belastungen klar zu kommen, treffen wir in unserer Kindheit unbewusste Entscheidungen, die uns in unserer Herkunftsfamilie (Umgebung) die (überlebens)notwendige Zuwendung sichern.

Diese Entscheidungen haben uns geholfen, zu "überleben" und im Damals zurecht zu kommen. Im Erwachsenenleben erweisen sich diese Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster oft als einschränkend oder tragen dazu bei, dass wir traumatische Erlebnisse an unsere Kinder weitergeben oder aufgrund der eigenen belastenden und defizitären Erfahrungen Bedürfnisse unserer Kinder und Partner nicht wahrnehmen können.

Durch Bearbeitung dieser Defizite/Erlebnisse haben wir die Möglichkeit, gute Erfahrungen zu machen. Bilder und Erfahrungen werden sorgfältig und individuell entworfen und so installiert, als ob sie in der tatsächlichen Vergangenheit erlebt worden wären.

Vor diesem Hintergrund wird es möglich, die Gegenwart zufriedener, sinnvoller, froher und in besserem Kontakt mit sich und anderen zu erleben. Die daraus resultierenden gesunden und vielfältigen Denk-, Fühl- und Verhaltensweisen ermöglichen es uns, mit mehr Leichtigkeit und Freude durch's Leben zu gehen.

Das Angebot eignet sich für alle Menschen, die aus ungunstigen Mustern aussteigen wollen und ihre Entwicklung voranbringen möchten.

Kursleitung: Petra Fuchs

Ticket: 39,00 €

Verbindliche Anmeldung bitte bis **5 Tage vor dem Termin** bei **Momente der Auszeit** – hierfür nutzen Sie bitte unser Kontaktformular auf unserer Website.

Gerne sind wir auch telefonisch (AB) für Sie erreichbar.

