

Seminar



Datum:

Samstag, 17. und Sonntag, 18. März 2018

Zeiten:

1. Tag: 9.00 Uhr bis ca. 19.00 Uhr (inkl. Mittagspause)
2. Tag: 9.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr (inkl. Mittagspause)
Im Bereich Zeit wird eine gewisse Flexibilität erwartet.

Ort:

Praxisraum, Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon

Seminarkosten:

Fr. 380.- für das Wochenende

Teilnehmerzahl:

8 Personen, d.h. 8 Aufstellungen

Anmeldung:

telefonisch, per E-Mail oder schriftlich an unten
aufgeführte Adresse



Anmeldung:

moviment, systemisches Coaching
Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon
Tel. 043 497 05 01
Mail: praxis@moviment-cajochen.ch
www.moviment-cajochen.ch



 **Seminar** 
Heilen der
verletzten Weiblichkeit

Wenn ich es schaffe,
meine verdrängten Verletzungen
zuzulassen, zu fühlen und dann
heilen zu lassen, erwartet mich
ein erfülltes und
selbstbestimmtes Leben



Wie ist das möglich?

Meine Erziehung und Erfahrung als Frau lehrte mich,

- dass angepasste und brave Frauen es leichter haben in der Gesellschaft,
- dass Aufopferung, Hingabe und Selbstaufgabe anerkannt und belohnt werden,
- dass Grenzüberschreitungen, Missbrauch, Verrat und Gewalt dazugehören und hingenommen werden müssen,
- dass selbstbewusste Frauen abgelehnt und bekämpft werden und
- dass Leidenschaftlichkeit, Authentizität und Selbstbestimmung kritisiert werden.

Diese Erwartungen erzeugen in mir eine Unzufriedenheit und ein Erschöpfungsgefühl. Ich empfinde mich als unvollständig und gespalten, wenn ich versuche, mich dem perfekten Frauenbild anzupassen. Aus der Situation dieser Hilflosigkeit, Selbstablehnung und der Verzweiflung bemühe ich mich, Liebe, Verständnis und Mitgefühl zu leben und verausgabe mich vollständig, um andere zufrieden zu stellen. Und dabei vergesse ich mich.

Weshalb das so ist, will das Seminar aufzeigen und klären.



Voraussetzung für die Heilung

Damit die verletzte Weiblichkeit geheilt werden kann, verbinde ich mich mit meiner Intuition. Zudem ändere ich meine Glaubenssätze. Das erlaubt mir

- authentisch und vollständig zu sein;
- mich wohlfühlen, auch wenn ich kraftvoll, abgrenzend und zielbewusst bin;
- mein Mitgefühl zuerst für mich zu haben;
- nicht mehr perfekt sein zu müssen um geliebt und anerkannt zu werden;
- genau so wie ich bin, richtig zu sein und
- auch ausserhalb der Erwartungen und Vorstellungen der Gesellschaft glücklich sein zu dürfen.

Ziel

Der weibliche Teil in mir wird geheilt, so sind alle Teile in mir freundschaftlich verbunden. Eine aufrichtige, stärkende und wohlwollende Liebe zu mir und meinem Umfeld kann so gelebt werden.



Vorgehen

Mit Hilfe der familiensystemischen und der traumatherapeutischen Arbeit werden die inneren Anteile aufgestellt. Hindernde Blockaden können so gelöst werden.