

Selbsterfahrungswoche mit Aufstellungsarbeit & MusikErleben

Selbsterfahrung ist die Herausforderung sich selbst besser kennen zu lernen und - in der Begegnung mit Anderen - etwas Neues über sich zu erfahren.

Sowohl Aufstellungsarbeit als auch das Hören von Musik werden als kreative Mittel in der Gruppe zur Verfügung stehen. Beides ermöglicht uns ein ganzheitliches körperliches Erleben im Hier und Jetzt. Dies fördert eine echte Begegnung mit anderen und letztlich mit mir selbst.

IN-BEZIEHUNG-STELLEN

In Aufstellungen können wir unsere inneren Bilder von Situationen, Problemen oder Anliegen nach außen bringen und wie durch ein Vergrößerungsglas sichtbar werden lassen. Je nach Anliegen ist es möglich Beziehungskonstellationen, Familiensysteme oder innere Selbstanteile mit Hilfe der Gruppe räumlich aufzustellen und intuitiv in Beziehung zu stellen.

Durch das unmittelbar körperliche Erleben in den aufgestellten Positionen, können festgefahrene Gedanken- und Beziehungsmuster wieder in Bewegung kommen und verändert werden.

MUSIK ERLEBEN

Gefühle als Ausdruck des In-der-Welt-Seins werden besonders intensiv erlebt, wenn wir Musik hören bzw. spüren. Auf diese Weise Ausgedrücktes kann ein intensives organismisches Erleben in mir auslösen und uns so überraschen, erstaunen oder gar überwältigen, dass sich uns neue Sphären des Erlebens eröffnen.

Ich kann ein Musikstück mitbringen, aber auch spontan aus dem Prozess heraus eines auswählen, um es der Gruppe zur Verfügung zu stellen.

Leitung: **Sabine Schiefermüller, Mag. Manuel Zeitler**

Zeit: *Freitag, 25.01.19, 16 Uhr bis Sonntag, 27.01.19, 14:00*

Anmeldung: *bei Sabine Schiefermüller per e-mail: schiefermueller.sabine@gmx.at*

Kosten: € 290,-

Nähere Infos: *www.praxis-schiefermüller.at oder www.erlebensraum.at*