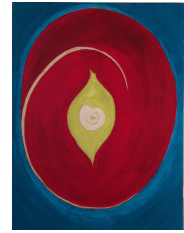


Persönlichkeitsentwicklung CUORE

Jahresgruppe 2022



6.2. Wunsch, Anliegen, Klärung, Wahrnehmung

Reflektion und Klärung *nach S.Priest und M.A.Gass*, Biografie in 7 Schritte

*Visualisation „das Elternhaus“

6.3. Biografiearbeit

Zeitachse (7 Jahresschritte) Jugend bis Alter, Themen, Trauma, Krankheit

Zukunftsachse (5 Jahresschritte) Wahrnehmung und Ausdruck, Talent

*Visualisation „die Zeitreise“

27.3. Realität, Selbstständigkeit

*Visualisation „der Baum“. Schamanisches Baumritual draussen, Ort klären

Energiearbeit: Verknüpfungen und Abhängigkeiten lösen.

Reflektion: *Wer bin ich, was will ich,*

10.4. Rollenverständnis

Visualisation „Babushka“ *von Denise Weyermann*

Reflektion und Klärung, systemische Arbeit

15.5. Distanz-Nähe

*Visualisation „die Insel“

Raum- Wahrnehmung, Energiearbeit, Stopp

29.5. Kontrolle-Hingabe

 eventuell Körperarbeit im Wasser, Ort klären

Glaubenssätze verabschieden, Wünsche formulieren

Visualisation „die Geheimnistruhe“ *von Denise Weyermann*

12.6. Hindernis

Systemische Themenarbeit „die Mauer“. Klärung und Reflektion

Visualisation „das Hindernis“

21.8. Aufrichtigkeit, Selbstbestimmung

Reflektion und Klärung des Herzenswunsches, Zeitachse, Talent, Collage

11.9. Integration, Verantwortung, Ausrichtung

Biografie in 7 Schritten reflektieren, neu ausrichten, konkreter Handlungsschritt,

Affirmation, Präsentation, Abschluss in der Gruppe klären

Quelle: *V.Kast, *Imagination*

Zeit Sonntags von 10:00-13:00 Uhr im Movido

Richtpreis 630Fr., Studentinnenpreis unter 600.-, Solidaritätspreis ab 650.-

Leitung Anja Richter Schürer
dipl. Körpertherapeutin IKA & Ausbilderin
www.anja-richter.ch
anja.richter@luna-yoga-biel.ch
Tel: 076 558 77 99

