

Teil I einer Trilogie zur Entfaltung der Persönlichkeit

Vom Scheitel bis zu Sohle -Alles ist Energie und will fließen

Viele Menschen brauchen neue Antworten, um auf die veränderten, wirtschaftlichen Voraussetzungen zu reagieren. Der gewohnte Erfolg über ständig wachsende Erträge, die Sicherheit des Arbeitsplatzes, die Sinnhaftigkeit der betriebswirtschaftlichen Entscheidungen und der befriedigende Inhalt der eigenen Aufgabe sind oft nicht mehr gegeben. Im Coaching erlebe ich seit einem Jahr zunehmend Klienten, die schon deutliche psychosomatische Reaktionen zeigen. Erschöpfung, Burn-Out, Tinnitus, Magenprobleme, Schlafstörungen und Bluthochdruck sind aktuell die häufigste Ursache für Fehlzeiten. Fehlzeiten durch psychische Diagnosen sind im vergangenen Jahr um 14% gestiegen und stellen somit einen wesentlichen Kostenfaktor für die Unternehmen dar (Quelle: www.cec.de: Verbraucherportal für Finanzen und Versicherungen, Gesundheitsberichterstattung der Techniker Krankenkasse, 11.02.2011).

Um dem vorzubeugen, ist es wichtig, dass Mitarbeiter ein Körpergefühl entwickeln, um frühzeitig selbstverantwortlich reagieren zu können.

Der rote Faden der Seminarreihe ist Eigenverantwortung zu übernehmen. Der erste Teil beschäftigt sich mit dem energievollen Miteinander von Körper, Denkapparat und Psyche. Im zweiten Teil gilt es die Konfliktfähigkeit für eigene Widersprüche und gegenüber Dritten zu stärken und auch hier ein Bewusstsein für die eigene Verantwortung zu entwickeln. Im letzten Teil geht es dann darum sich selbst gut zu kennen und die eigene Energie zu stärken, indem die Teilnehmer bewusst ihre Autonomie gegenüber den Lebensaufgaben erfassen. Die Pole zu denen wir arbeiten werden sind Annehmen und Loslassen.

Das Seminar ist bewusst auf das Wochenende gelegt, damit kein zusätzlicher Stress durch Abwesenheit entsteht. Die Seminare bringen die Energie zum fließen, so dass die Teilnehmer gestärkt aus den Wochenende zurückkehren.

Grundsätzliches

Wir haben einen brillanten Verstand, den wir täglich über die Maßen nutzen und der in unserem Kopfbereich verortet ist. Hier sitzen unsere erlernten Fähigkeiten, die kulturabhängig sind. Das Kopfbereich ist entwicklungsgeschichtlich am jüngsten und dennoch in unserer Kultur am dominantesten. Mit dem Kopf ordnen, strukturieren und bewerten wir, geben wir dem, was wir wahrnehmen, Sinn.

Desweiteren haben wir unseren Körper, den wir mehr oder weniger verbunden mit uns herumtragen. Er beherbergt im Brust und Bauchbereich die Gefühle, die bei allen Menschen gleich sind. Sie sind das „Ur“ des Menschen, alt und erfahren und je nach Kultur mehr oder weniger unterdrückt.

Es gibt keinen Trennungsstrich zwischen Materie und Energie, was moderne Quantentheoretiker auch belegen. Werner Heisenberg sagt: „Die übliche Teilung der Welt zwischen Subjekt und Objekt, Innenwelt und Außenwelt, Körper und Seele ist nicht angemessen.“ Schon der römische Dichter Ovid prägte den Satz: „Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper“. Wie lebendig, wie energievoll wir sind, hängt davon ab, wie weit wir uns auf unser Leben mit Leib und Seele eingelassen haben. Wir sind in unserer Kraft, wenn wir freien Zugang zu den Energieebenen von Bauch und Brust haben und das, was von dort kommt,



im Kopf ordnen können. Dann spüren wir Selbstvertrauen und Sinnhaftigkeit in uns und unserem Dasein.

Ziele:

- Die eigenen Energiezentren annehmen und nutzen
- In tiefen Kontakt mit dem eigenen Körper kommen
- Die Kraft der Meditation lernen
- Energieblockaden lösen
- Selbstverantwortung und Selbstbestimmung annehmen

Methodik:

Die kreativen Selbsterfahrungsprozesse ermöglichen wichtige Schritte im eigenen persönlichen Wachstum. Durch Phantasie Reisen, Inszenierung, Körperarbeit, Methoden der Gestalttherapie und kreative Techniken wird es den Teilnehmern möglich, sich als Einheit von Geist und Körper zu erleben und Energieblockaden abzubauen.

Alle Seminarangebote von PJM apriori zeichnen sich durch folgende gemeinsame Merkmale aus:

Sie gehen vom apriori Menschenbild aus, das den Menschen als entwicklungsbereites und entwicklungsfähiges Wesen betrachtet, dessen Würde unantastbar ist. Das heißt: Wir lehnen manipulative Ansätze ab und eröffnen Wege zu den individuellen Potenzialen, die jede(r) in sich trägt.

Sie beruhen auf der Einheit von Denken, Fühlen und Handeln

Das heißt: Wir gehen davon aus, dass nur eigenes „inwendiges“ Erfahren eine Entwicklung über bisherige Grenzen hinweg auslösen kann. „Auswendig gelerntes“ Wissen ist zwar wichtig und nützlich, bringt uns aber nur quantitativ weiter, nicht qualitativ. Rationalität und Intuition sind aufeinander angewiesen. Sie befruchten sich gegenseitig und münden dann in stimmige Handlungen.

Sie schaffen durch Ent-Täuschung Freiräume für Ent-Deckungen

Das heißt: Wir sind überzeugt, dass der Mensch sich nach Albert Einstein „als eine Art optische Täuschung seines Bewusstseins erfährt“, dass seine „Welt“ in erster Linie von seinen eigenen Vorstellungen und Projektionen bestimmt wird. Wenn wir diesen Täuschungen auf die Schliche kommen, können wir Überraschungen entdecken, die sich hinter dem eingeschliffenen Bild unserer Welt und Umwelt verbergen.

Aufregendes, ganzheitliches Lernen

Wir beleuchten und durchleben Situationen, die scheinbar ohne eigenes Zutun „passieren“. In dem Seminar stellen wir uns den eigenen Erfahrungen mit Situationen, in denen wir immer wieder in die gleichen Muster fallen und selber nicht so recht wissen warum. Wir vermitteln durch eigenes Erfahren Methoden, mit denen sich diese Muster durchbrechen lassen und neue Entwicklungsspielräume eröffnet werden.

Durch Erlebnisübungen wie Rollenspiel, körperliche Wahrnehmungsübungen und Meditationstechniken gewinnen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer neue



Sichtweisen auf das eigene Verhalten. Sie entwickeln Möglichkeiten, ein der eigenen Persönlichkeit entsprechendes neues Verhalten zu erproben. Auf diese Weise erprobte, erlebte neue Muster können nachhaltig integriert werden. Viele kurzweilige Methoden helfen dabei, verborgene Beweggründe zu erkennen.

Das apriori Modell...

- ... bewirkt nachhaltiges Lernen durch emotionalen Bezug
- ... vermittelt „aufregende“ Erlebnisse, die in Erinnerung bleiben
- ... erschließt die Kraft von Gefühlen
- ... schafft Verbindung zu den eigenen Potenzialen

Der Gewinn für den Menschen:

Entwicklung von Selbst-Wertschätzung, Selbst-Verantwortung, Selbst-Bewusstsein und Selbst-Vertrauen. Zugang zu Potenzialen und Freisetzen von Energien. Erfahrungen im achtsamen Umgang mit sich selbst als Voraussetzung für persönliche Veränderung.

Der Gewinn für das Unternehmen:

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erschließen eigene Energiequellen und entfalten ihr Potential. Sie lernen sich vor psychosomatischen Erkrankungen zu schützen.

Rahmen der Trilogie:

Jeder der drei Bausteine umfasst 3 Tage. Die Bausteine greifen thematisch ineinander, können aber auch einzeln besucht werden.

Anreise: 15 Uhr, Abreise: 16.30 Uhr Es wird auch in den Abendstunden gearbeitet.

Seminarleitung: Brigitte Palaschinski

Zielgruppe: Menschen, die sich weiter entwickeln und als Person wachsen möchten. Menschen, die das Verlangen spüren mit sich, mit allen eigenen Kräften in Kontakt zu kommen. Menschen, die Heilung suchen für das, was in ihrem Leben nicht heil ist.

Kosten:

Die Gesamtkosten des Seminars inklusive der Teilnehmerunterlagen betragen pro Baustein

€ 600 zuzüglich 19% Umsatzsteuer

Die Tagungspauschale inklusive Übernachtungskosten im Einzelzimmer mit bio Vollverpflegung von 140€ einschließlich Umsatzsteuer wird direkt mit dem Tagungszentrum abgerechnet.

Termine:

16.-18.12.2011 Vom Scheitel bis zur Sohle-Alles ist Energie und will fließen

13.-15.01.2012 Selbstentfaltung in Konflikten und Krisen

02.-04.03.2012 Auf zu neuen Ufern-Vom Loslassen und Annehmen

Veranstaltungsort: TAGUNGSZENTRUM TANZHEIMAT Stiftung HKIT®
Im Seevegrund 6 | 21256 Handeloh / Inzmühlen | fon +049 (0) 4188 - 89 10 70
Email tanzheimat@t-online.de | www.tanzheimat.de

