

Selbsterfahrungsgruppe Ammerseehäuser 2024 mit Bioenergetik, integratives IFS und Ressourcenarbeit

Diese Gruppe bietet die Möglichkeit die Selbstheilungskräfte und die eigene innere Weisheit für die persönliche Entfaltung zu nutzen. So wird das freie Fließen dieser oft verschütteten Kräfte und Fähigkeiten wieder in den Alltag aufgenommen und gelebt.

Ressourcen-orientierte Körperarbeit kann Blockierungen lösen und hilft zur ureigenen Lebendigkeit (zurück) zu finden. Das Einüben eines achtsamen Umgangs mit uns und dem Körper lässt das Leben leichter werden.

Alles was wir für ein erfülltes Leben brauchen ist bereits in uns vorhanden. Was uns allen jedoch manchmal fehlt ist der Schlüssel zu diesem Potenzial. Diesen Zugang zu unseren Ressourcen und zu unserem Selbst wieder zu entdecken ist Ziel der Arbeit in der Gruppe.

*„Tue deinem Körper etwas gutes, damit die Seele Lust hat darin zu wohnen“.
(orientalisches Sprichwort)*

Neben der Bioenergetischen Körperarbeit werden wir auch mit der Methode Internal Family System (IFS), die von Prof. Richard Schwarz / USA entwickelt wurde, arbeiten.

Seine These lautet, dass jeder Mensch über verschiedene Persönlichkeitsteile verfügt und die Teile einer Person in ähnlicher Weise miteinander interagieren, wie es Familienmitglieder tun.

Hier zwei Zitate aus seinen Büchern:

Das Modell der inneren Familie

- „ ... kann Ihre kritische innere Stimme in eine unterstützende verwandeln und kann Ihnen helfen, das Gefühl von Wertlosigkeit los zu werden.
- -... hilft ... mehr Zuversicht, Klarheit und Kreativität in Ihre Beziehungen zu bringen.“

Integratives IFS trägt zur inneren Heilung bei indem es Menschen befähigt sich dem eigenen Inneren zuzuwenden damit positive und nachhaltige Veränderungen stattfinden können. Wertschätzung, Achtsamkeit und Selbstführung spielen dabei eine zentrale Rolle.

Weitere Infos zu integrativem IFS: www.ifs-europe.net

„Es gibt keinen Weg zum Glück, Glück ist der Weg“. (Buddha)

Leitung:

Irmgard Schmelcher-Haimerl,
Dipl.Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Dorfstraße 14, 86940 Schwifting
Tel.: 08191/50433, mail: schmelcher-haimerl@gmx.de

Weiterbildungen:

- Bioenergetisch-analytische Körperpsychotherapie (ZIST)
- Systemische Therapie mit der inneren Familie (IFS-Europe)
- Ressourcenorientierte Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPTBAG)

An- + Abreise:

1-ter Tag:

- ab 17.00 Uhr Anreise
- 18.00-19.30 Uhr Abendessen
- 20.00-21.30 Uhr Seminar

2-ter und 3-ter Tag:

- ab 08.00 Uhr Frühstück
- 09.30 – 12.00 Uhr Seminar
- 12.00 – 13.30 Uhr Mittagspause
- 14.00 – 18.00 Uhr Seminar
- 18.00 - 19.30 Uhr Abendessen

4-ter Tag:

- ab 08.00 Uhr Frühstück
- 9.30 – 12.00 Uhr Seminar
- 12.00 Uhr Mittagessen
- ca.14.00 Uhr Abfahrt

(Zeiteinteilung nach Bedarf veränderbar-

Anerkennung von Selbsterfahrungsstunden für die IIFS-Grundausbildung:

- ca. 4-5 Stunden Selbsterfahrung

- Ort:** Ammerseehäuser Riederau a. Ammersee www.ammerseehaeuser.de
- Kursgebühr:** 345.- / 375.- € in bar bei Seminarbeginn vor Ort bezahlen oder auf folgendes Konto überweisen Irmgard Schmelcher-Haimerl: Comdirect
IBAN: DE 60 2004 1111 0504 7956 00
- Frühbucher bis 12.02.24:** 345.- €
- Spätbucher ab 13.02.24:** 375.-€
- 3 Tage Übern./Vollpension:** die neuesten Preise entnehmen Sie bitte der Webseite www.ammerseehaeuser.de
Übernachtung und Vollpension bitte vor Ort an der Rezeption Ammerseehäuser bezahlen
- umfasst pro Einheit:** drei Übernachtungen mit Vollverpflegung
18 Stunden Selbsterfahrung
- Termin:** Do.,16.05., 18.00 h - So.,19.05.24, 14.00 h
- TeilnehmerInnenkreis:** halboffene Gruppe d.h. die Gruppe besteht aus einer Kerngruppe und neue Teilnehmer*innen sind nach Absprache mit der Leitung herzlich willkommen
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist gültig mit Eingang des unterschriebenen Anmeldeformulars
- Rücktritt:** Die Kursgebühr wird auch dann fällig, wenn die Teilnehmerin verhindert sein sollte; es kann jedoch ein(e) Ersatzteilnehmer(in) gestellt werden. Fällt das Seminar seitens der Leitung aus entstehen keine Kosten. Falls das Seminar nicht zustande kommt, wird die Gebühr erstattet.

Bitte sende folgenden Abschnitt bis spätestens . **12.02.2024** an: Irmgard Schmelcher-Haimerl;
Dorfstraße 14; 86940 Schwifting oder mail: schmelcher-haimerl@gmx.de

Ich nehme an der Selbsterfahrungs-Jahresgruppe von **Do., 16.05 - So., 19.05.2024**
unter der Leitung von Irmgard Schmelcher-Haimerl zu den oben genannten Bedingungen teil.

Ich buche ein Einzelzimmer: **0**
Ich buche ein Doppelzimmer **0**
Ich buche ein Mehrbettzimmer **0**

Ich möchte mein DZ gerne mit(Name) teilen.

Ich möchte mein MBZ gerne mit(Namen) teilen.

Anmeldung:

Name: Straße:

Ort: Tel:

Hiermit erkläre ich mich mit den oben genannten Anmeldebedingungen einverstanden.

..... / Datum/Unterschrift