

INHALTE

In der hier angebotenen Jahresgruppe besteht die Möglichkeit, sich sowohl aktuellen als auch langjährig bestehenden Themen zu widmen.

Mitgebrachte Themen können z.B. sein:

- eigene Familienbezüge zu Eltern und Kindern
- Paarbeziehungen
- berufliche Themen
- Thema Gesundheit und körperliche Belastung
- andere Schwerpunkte, die durch die TN mitgebracht werden
 1. Welche Begegnungen tun mir gut und wie erreiche ich sie?
 2. Was habe ich beruflich zu geben, oder was möchte ich entwickeln?
 3. Was braucht mein Inneres, um Heilung zu finden?
 4. Was möchte ich, was in meinem Leben dazu gehört hat und was soll noch kommen?

Für den Weg, Antworten auf vielfältige Fragen zu finden, bringen wir, die Seminarleitung, mit:

- mehrere therapeutische Zugangswege (s.u.)
- eine akzeptierende, nicht wertende Grundhaltung
- langjährige Erfahrung mit Gruppenprozessen, die dem Einzelnen Rückhalt geben

Angewandt/angeboten werden:

- verschiedenste Herangehensweisen aus der körperorientierten Psychotherapie (*Hakomi*)
- Erfahrung im Wasser, wortloses Sein
- Systemische Aufstellungen
- YOGA, Entspannung und Meditation

Wir möchten die Teilnehmer ermutigen, die Suche nach ihren wichtigsten Lebensfragen zu beginnen oder weiter fortzusetzen und dabei Unterstützung zu erleben. Es ist unser Ziel, dass ein wohlmeinender Blick für die eigene Entwicklung entstehen darf.

Z.B. vertrauen wir der Haltung „Liebvolles Hinwenden heilt“.

Termine: 1. Treffen: **05. / 06. Dez. 2020** 4. Treffen: **24. / 25. April 2021**
2. Treffen: **23. / 24. Jan. 2021** 5. Treffen: **05. / 06. Juni 2021**
3. Treffen: **05. – 07. März 2021** 6. Treffen: **21. / 22. Aug. 2021**
(Seminarhaus) 7. Treffen: **25. / 26. Sept. 2021**

Die gesamte Seminargebühr beträgt 1.176 € und teilt sich auf in 12 Monatsraten à 98,00 €. Da das 3. Treffen in einem Seminarhaus stattfindet, entstehen hier einmalig Kosten für Übernachtung und Verpflegung.



SEMINARLEITUNG



*Stephanie
Fischer-Aldag*

Zertifizierte Hakomitherapeutin seit 1990
Körpertherapeutin, Hamburg
Langjährige, für mich wertvolle Mitarbeit
im Team von R. Scheunemann-Böhlendorf
4-jährige Weiterbildung in:
*tiefenpsychologisch fundierter
Psychotherapie*

weitere Einflüsse:

- Systemische Aufstellungen
- Arbeit mit Ritualen und Symbolen
- Katathymes Bilderleben
- Therapeutisches Malen
- Gern Zusammenarbeit mit klassisch ausgerichteten Homöopathen

Arbeitsschwerpunkte/
besonderes Interesse:

- Psychosomatische Hintergründe von Erkrankungen aller Art
- Kriegserfahrung in der Familien-Vorgeschichte
- Unser Potenzial zur Selbstheilung

Über die YOGA-Lehrer-Ausbildung habe ich, Beate, die körperorientierte Therapiearbeit und damit Stephanie kennengelernt. In der Kombination der spirituellen Übungspraxis des YOGA, die immer wieder dazu auffordert, das eigene Handeln zu reflektieren, mit der in der Tiefe wirksamen Achtsamkeit der Hakomi-Therapie durfte über die vielen Jahre oft Heilung und damit eine neue Lebensausrichtung entstehen. -- Wir geben beide gern unseren Erfahrungsschatz an die Menschen weiter, die sich dadurch angesprochen fühlen.



*Beate
Wiesener*

Yoga-Lehrerin BDY/ EYU mit
eigener YOGA-Schule, Ratzeburg/Bäk
Physiotherapeutin (examiniert)

3-jährige Fortbildung bei:
Rainer Scheunemann-Böhlendorf
Psychotherapeutisches Begleiten

Inhalte:

- Grundlagen d. personenzentrierten Gesprächspsychotherapie
- Methoden der körperzentrierten Psychotherapie
- Grundlagen der Gruppendynamik
- Aspekte d. systemischen Familientherapie

Einflüsse/Ausrichtung:

- meine eigene langjährige Arbeit mit mir selbst
 - auf therapeutischer Ebene
 - Übungspraxis HathaYOGA und Meditation
- das Begleiten der Menschen während meiner langjährigen Unterrichtspraxis

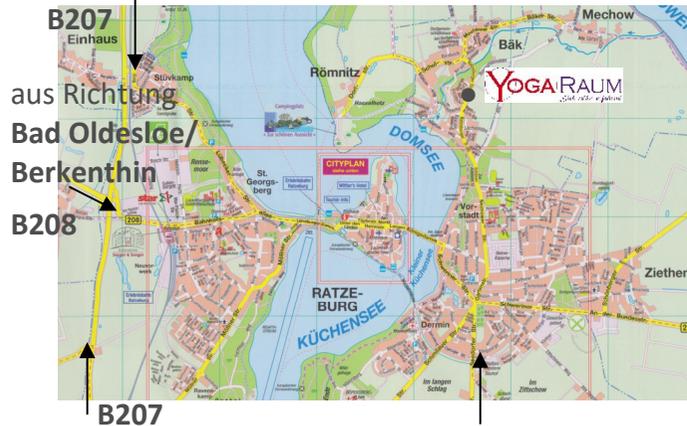
SEMINARORT



Ohst'en Barg 21
23909 BÄK

ANFAHRT

aus Richtung Lübeck
Rostock – Lübeck A 20
Abfahrt **Groß Sarau**



aus Richtung
Bad Oldesloe/
Berkenthin

aus Richtung
Hamburg – Berlin
Autobahn A 24
Abfahrt **Talkau**

aus Richtung **Mölln**
über **Schmilau**

ANMELDUNG + INFOS:

Beate Zillmann-Wiesener: 0 45 41 – 80 27 81
0 179 – 86 18 405

kontakt@yogaundraum.de

Stephanie Fischer-Aldag: 0 40 – 64 89 23 89
0 176 – 82 31 44 39

s.fischer.aldag@googlemail.com



GEMEINSAM ■ WACHSEN



*Stephanie
Fischer-Aldag*

und

*Beate
Wiesener*

YOGA+RAUM
Sich selbst erfahren!

2020/21