Begegnung mit dem Inneren Kind

Mit dem Modell des Inneren Kindes wird ein Persönlichkeitsbild entworfen, das eine tieferes Verständnis und Mitgefühl für die Art und Weise einlädt, wie wir als Erwachsene im sozialen Miteinander so häufig aneinander scheitern und in untaugliche Beziehungsdynamiken verwickelt sind.

Ziel des BU ist nicht nur, eine zusätzliche Perspektive auf Störungen in der Kommunikation zu entdecken, sondern auch Techniken zur Stärkung der Position eines reifen Erwachsenen zu vertiefen. Als erfahrene Hakomi-Therapeuten arbeiten die Referenten mit einem achtsamen, körperpsychotherapeutischen Ansatz mit zahlreichen praktischen Übungen und akzeptierenden Sichtweisen. Das kann eine souveräne Haltung im Umgang mit Menschen in allen sozialen und therapeutischen Handlungsfeldern unterstützen und den zwischenmenschlichen Kontakt spürbar entlasten.

Sind die ersten Schritte des Erkennens und Differenzierens der Einflüsse verschiedener innerer Kinder getan, gibt es eine Fülle von heilsamen Optionen und kreativen Möglichkeiten im Umgang mit zum Beispiel verletzten oder strategischen Kindern.

Dazu brauchen wir nicht unbedingt in die Vergangenheit zu reisen, denn sie nehmen hier und heute unbewusst großen Einfluss auf unsere Selbst- und Fremdwahrnehmung, unser Verhalten und Erleben. Denn oft werden genau dieselben (Not-) Lösungen, Ansichten und Strategien von damals, leider später zur Not von heute. Was wir uns als Kinder haben einfallen lassen, um uns oft ganz allein aus schwierigen und verletzenden Situationen zu retten, ist in erwachsenen Kontexten meist nicht zielführend. Ganz im Gegenteil.

Um diese Phänomene praktisch zu erforschen, laden wir all die Kind-Qualitäten ein, die viel zu oft verschüttet sind, anstatt uns als erwachsene Person zu bereichern: neugierig, spielerisch, achtsam, experimentierfreudig, authentisch, spontan und erfrischend emotional.