Institut für Prozessarbeit

Psychotherapie Coaching & Beratung Konfliktarbeit

Online Lab: Mit Inner Work ins Neue Jahr

Datum 14.01.2022 - 18:00 bis 20:00 Uhr

Ort

virtuell

Leitung

Katrin Staub



Mit Inner Work ins Neue Jahr

Innere Arbeit ist die Kunst, sich selbst ein wohlwollendes Gegenüber zu sein. Innere Arbeit kann auf vielfältige Art angewendet werden: als prozessorientierte Meditation und Bewusstseinsübung, als on-the-spot Selbstreflektion in Beziehung, als eine Art Gruppenprozess mit inneren Anteilen, als Symptomarbeit etc.

In diesem Lab zeige ich Kernelemente der Inneren Arbeit - wie man sich seinen tiefen, unformulierten Erfahrungen zuwendet, sie entfaltet und mit seinem persönlichen oder professionellen Leben verknüpft. Bitte mitbringen: ein kleines und ein grosses Vorhaben/ Thema für 2022 und etwas Platz für Bewegung in der Nähe des Bildschirms.

© Copyrights 2026 by Institut Prozessarbeit. https://www.institut-prozessarbeit.ch