

Unsere

Geschichten von innerer Heilung und Transformation.

Unsere Wunden, seien es solche, zu deren Schutz sich unser Typ gebildet hat oder solche, die unser Typ erst hervorruft, können Heilung und Transformation erfahren. Wir alle haben Heilungs- und Transformationserlebnisse (selbst die 5-er), ignorieren sie aber oftmals, sie werden unbewusst, nicht gesellschaftsfähig und verdorren so mangels Anerkennung. Schaffen wir ein Gegengewicht, einen Raum, diese Erfahrungen miteinander zu teilen, zu sammeln und sie dadurch im Bewusstsein anzuerkennen, gültig und wirkungsvoll zu machen, sie zu „validieren“.

Ganz im Sinne der narrativen Tradition werden wir uns in diesem workshop zusammensetzen und über uns sprechen. Um uns selbst zu ordnen, um den anderen Einblick zu geben, wie es uns in Bezug auf Heilung und Transformation ergangen ist und ergeht, auch als Orientierung und Hilfestellung für uns alle.

Methodisch verwenden wir einerseits vertraute Formen: (ein wenig) Theorie, Gespräch, Übung. Ich möchte aber auch mit einer veränderten Form der Panel-Methode arbeiten: in drei Runden sitzen wir alle im Kreis, die Typen durchaus beisammen. Jeder, der etwas berichten will, spricht. Ein Palaverkreis im besten afrikanischen Sinne: Wir (ver)sammeln uns für nächste Schritte.

Freitag Abend:

- Was bedeuten Heilung und Transformation für Dich?
- Die heilsame „soft side“ der Transformation: Anerkennung, Verzeihung, Schutz, das heilsame Herz

Samstag:

- Kleingruppenarbeit: Heilung
- Palaverkreis 1:
„Situationen, in denen ich Heilung erfahren habe. Heilungserlebnisse.“
- Theorie und Kleingruppenübung: „Vom Typischen Alltag zur Transformation“
- Palaverkreis 2
„Situationen, in den ich Transformation erfahren habe.“
- Theorie und Kleingruppenübung: „Die Rolle des Bittens um Hilfe“
- Chakrenmeditation

Sonntag Morgen

- Palaverkreis 3:
„Und sonst so?“ spirituelle Erlebnisse ausserhalb der Enneagrammideologie.
- Übung: Summoning
- Abschluss