

Valérie Perret TSTA-C

Workshop

Sich selbst in der Interaktion mit anderen begegnen

Der Mensch hat grundsätzlich ein Bedürfnis nach Beziehung, und Kontakt ist das Mittel, mit dem dieses Bedürfnis befriedigt wird. Je mehr Kontaktfähigkeit eine Person mit sich selbst hat, desto authentischer kann sie sich anderen und der Welt öffnen. In diesem Workshop werden sich die Teilnehmer durch eine Beziehungserfahrung ihrem Inneren öffnen.

In diesem Workshop werde ich das Modell des Self-in-Relation (Diamant) von Richard Erskine vorstellen.

Dieses Modell beschreibt die verschiedenen Dimensionen, die dem Menschen zur Verfügung stehen: Körper, Gedanken, Fantasien, Emotionen, Verhalten und Beziehungen.

Um dieses Modell zu entdecken und zu zähmen, werden Sie eine Erfahrung machen, bei der Sie mit sich selbst und mit anderen in Kontakt treten.

Dieser Workshop besteht aus einem kurzen theoretischen Teil, einer Erfahrung und einem gemeinsamen Austausch.

Sprache: Deutsch und Französisch

Übersetzung: Elke Chapuisod

Zielgruppe: C | E | O | P

Teilnehmerzahl: offen