



Cosmic Impulse – eine Bewusstseins-oase für Dich

HILFE ZUR SELBSTHILFE – SEI DEIN EIGENER BERATER

An diesem Samstagnachmittag lernst du Techniken und Tools zur Selbsthilfe kennen.

Thema: „Ich und mein Herkunfts- Familiensystem?“

- Welche Beziehungsmuster habe ich in meinem Familiensystem gelernt?
- Welche Beziehungsmuster aktivieren sich in anderen Systemen – was spiegelt sich und wie kann ich das erkennen?
- Was habe ich positives von diesem System gelernt?
- Wo sind unerkannte Ressourcen und Fähigkeiten in meinem System?
- Welche Werte und Rollen habe ich übernommen und wie passend sind diese noch?

Ablauf:

- Theoretische Impulse: Systemische Hintergründe erfahren und verstehen, Systemische Auswirkungen auf mein Leben;
- Selbstaufstellung üben
- Zeichne dein eigenes Organigramm
- Übungen, Tools und Selbsthilfewerkzeug für zu Hause
- Meditation

Wer möchte sucht sich einen Partner für die nächsten Wochen mit dem er/ sie arbeiten und wirken kann. (Buddy – Arbeit)

Questions & Answers: Zoom Meeting nach zwei Wochen für 1 Stunde (Termin wird am Samstag festgelegt)

Wann: 21.06.2025

Zeit: 13:00-18:00

Wo: In meiner Praxis in Gneis: Höglwörthweg 10 5020 Salzburg

Kosten: 133 Euro + Ust.

Anmeldung bitte bis 16.06. per Mail: impulse@katharinaputz.at oder unter meiner Telefonnummer 0664-8474270.