



Wege zum Selbst - Schritte ins Sein

Die spirituelle Dimension des Lebens vertiefen

Meditation & Coaching

19. bis 21. Oktober 2022

Dr. Ma Prem Dwarika



Die spirituelle Dimension im Coaching entdecken und vertiefen

Der Workshop steht für einen neuen Geist und ein neues Denken in beruflichen und privaten Kontexten - sei es als Berater/in und Coach, Führungskraft oder Manager/in. In drei Tagen werden vorhandene Kompetenzen vertieft um die spirituelle und integrale Dimension im Coaching. Existenzielle Anliegen des Menschen wie Sinnliche, erfüllende Gestaltung von Arbeit und ein wachstumsfördernder Umgang mit Krisen brauchen auch in der Arbeitswelt transformierende Anregungen und Antworten. Die Qualität eines meditativen Bewusstseinszustands ist gefragt. Aktive Meditation fördert den geistigen Aufenthalt in einem erweiterten Bewusstseinsraum, der sich deutlich von dem des uns bekannten Alltagsbewusstsein unterscheidet. Absichtsloses Gewähr-Sein, gezielte Lenkung unsere Aufmerksamkeit, die Fähigkeit bei uns selbst und mit anderen zu sein. All das erhöht unsere Präsenz im jeweiligen Hier und Jetzt. Dieser Zustand des Seins stellt sich erst durch eine regelmäßige Meditationspraxis ein. Wir nähern uns selbst immer mehr dem inneren Kern unseres Wesens. Daher werden wir authentischer, können mit den anderen (Klienten, Freunden, Partnern der Familie, u.a.m.) direkter umgehen. Wir lassen uns weniger verwickeln. Wir entwickeln uns. Wir sind in uns und mit anderen, wir schließen nichts aus, integrieren und verbinden uns. Um die genannten Qualitäten des Seins in uns zu aktivieren und auszubauen widmen wir uns folgenden Inhalten:

- #Arbeit mit dem inneren Kind, Innen Voice und inneres Team.
- #Persönlichkeitsmodelle, beispielsweise Enneagramm (Gurdjieff, Körpertypen, HDI)
- #Das Sonnen-Kind und das Schattenkind in uns
- #Projektionen, Übertragung und Gegenübertragung
- #Täter-Retter-Opfer-Dreieck
- #Gruppendynamik und -prozesse, Soziogramme, Macht und Spiele in Organisationen
- #Kollegiale Beratung, Supervisionsformat, Dreieckskontrakte

Methoden: Impulsvortrag, Kleingruppenarbeit, Meditation- und Achtsamkeitsübungen, vertiefende Dialogarbeit, Übungen, die den Körper als Resonanzraum erforschen und einbeziehen.

Anerkennung: Das Seminar ist durch die Deutsche Gesellschaft für Alternative Medizin und Heilkunst (DGAM) anerkannt. / Zertifikat / MeC ist eine eingetragene Marke beim Deutschen Patent- und Markenamt in Jena.

Ort: Loft 11 (My Yoga Way), Zollstockgürtel 59, 50969 Köln

Termin: 19. bis 21. Oktober 2022 Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr - Ende 17:00 Uhr. Beginn am 2. Tag um 9:00 Uhr - Ende 17:00 Uhr. Beginn am 3. Tag 9:00 Uhr - Ende 16:30 Uhr.

Seminargebühr: 500,00€ / Selbstverpflegung

Anmeldung: info@meditationcologne.de

Co-Referentin: Andrea Sandipa Cichy

Diplom-Sozialwissenschaftlerin, Psychotherapeutin, Coach, Trainerin und Systematische Aufstellerin (Markeninhaberin der Aufstellungsmethode „Die Magischen Füße®“), Leiterin des Arbeitskreises „Onlineaufstellungen“ in der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen der Regionalgruppe NRW (DGfS).

