



Sibylle Walden

Ich arbeite seit 2005 als Psychosynthese-Therapeutin und biete in Einzelsitzungen und thematisch gebundenen Seminaren einen Schutzraum für tiefe Selbstentdeckung und Weiterentwicklung in Richtung mutig gelebter Identität an. Dabei geht es immer darum,

einen innerlich stockenden Prozess wieder so zu verflüssigen, dass die eigenen Lösungs- und vitalen Lebenskräfte gemeinsam mit einem wacher werdenden Bewusstsein die Regie im eigenen Leben übernehmen. Die Prozesse haben entlastende und therapeutische Auswirkungen. Konkrete Einsichten und Veränderungen in Richtung gelingender Selbstentfaltung und Lebensbewältigung werden erfahren.

Außerhalb meiner Praxis biete ich an verschiedenen Instituten in meiner Funktion als Psychosynthese-Therapeutin und Beratungslehrerin Vorträge und Kurse zu unterschiedlichen psychologischen wie pädagogischen Themen an.

Eine zielgerichtete, pädagogisch und psychologisch fundierte Beratungstätigkeit im Amt als Beratungslehrerin und Ausbildungsmentorin übe ich seit etlichen Jahren in Schulen aus. Auch mit Kindern führe ich von Zeit zu Zeit kreativ-spielerische, ressourcenorientierte und stärkende Psychosynthese-Projekte durch.

Zwischen 2014-2016 arbeitete ich als Lehrtherapeutin für das Kölner Institut für Psychosynthese und Transpersonale Psychologie H. Reinhardt und B. Haus.

Aufgrund langer, tiefgreifender Erfahrungen im arabischen und afrikanischen Ausland und einer durchgängigen Arbeit im Bereich von interkultureller Integration biete ich auch gezielt Menschen mit Migrationsgeschichte beratende Unterstützung an.



Sibylle Walden
Austum 46 b
48282 Emsdetten

Telefon: 02572 - 960 38 71
Mobil: 0176 - 70 73 64 63

Sibylle.Walden@gmx.de

Ausgebildet schwerpunktmäßig am Kölner Institut für Psychosynthese und transpersonale Psychologie, H. Reinhardt/ B. Haus in

- pädagogischer Psychosynthese
- therapeutischer Psychosynthese und transpersonaler Psychologie
- tiefenpsychologisch fundierten Therapieverfahren
- Prozessarbeit
- Arbeit mit dem „Inneren Kind“
- Psychosomatik
- Arbeit mit Träumen/Märchen
- Trauma-Therapieverfahren (u. a. PITT)
- Paarbegleitung

Grundschullehrerin
(Musik, Englisch, ev. Religion, Deutsch, Mathematik)

Meine Angebote

- Einzelsitzung, Doppelsitzung
(60 Min./120 Min., 80,- € / 160,- €)
- Paarsitzung (80 Min., 120,- € gesamt)
- Intensivtherapie (3 Folgesitzungen an 3 Tagen)
- Wochenendkurse zu ausgewählten Themen
- Themengebundene Vorträge (auch auf Anfrage)

Therapie – Selbsterfahrung



Praxis für Psychosynthese & Transpersonale Psychologie

*„Die Stimme des Innern
ist die Stimme eines volleren Lebens“*

(C.G.Jung)

Sibylle Walden



Psychosynthese ist hilfreich bei

- Belastenden Verwicklungen (beruflich/privat)
- Berufs-/Lebens-/Sinnkrisen
- Ängsten und Depressionen
- (Post-)Traumatischen Belastungen, tiefen seelischen Verletzungsschmerzen
- Psychosomatischen Belastungen
- Burnout-Symptomen
- Abschieds-, Trennungs-, Trauerprozessen
- Paarkrisen
- Der Suche nach mehr Erfüllung, innerer Kraft und Liebe

Das Ringen mit belastenden Verwicklungen oder uns prüfenden Krisen bietet häufig die Chance für einen nächsten, wichtigen Entwicklungsschritt. Seelische Löcher, Erschöpfungszustände, tiefe Ängste oder regelmäßig auftretende Körpersymptome können ein Hinweis darauf sein, dass verborgene und vom Bewusstsein eher ausgeschlossene Seiten in uns auf sich aufmerksam machen. In Sitzungen und Seminaren wenden wir uns in sanften, erlebnisorientierten und den Körper mit einbeziehenden Prozessen all dem zu, was sich, durch Ihr „kreativ-wissendes Unbewusstes“ unterstützt, zeigen will. Dabei werden Sie darin unterstützt, wertvolle Potentiale in sich selbst zu entdecken und in Ihrem Leben fruchtbar zu machen.

Ziel der Arbeit ist es auch, dass Sie zunehmend in Ihrem Leben „Königin bzw. König in Ihrem eigenen Seelenreich“ werden und damit einen Zuwachs an echter Identität, Liebe und tiefer Vitalität erleben.

Life-Coaching ist hilfreich privat oder im Beruf. Es

- verschafft Orientierung und einen Überblick.
- aktiviert Ihre Lösungskreativität und Kompetenzen.
- unterstützt Sie dabei, erste Lösungsschritte selbst zu finden und zu gehen.
- gibt eine Basis für weitere Entscheidungen.

„Erster Beweis für eine Beruhigung der Seele ist...stehen bleiben zu können und mit sich zu verweilen.“

(Lucius Annaeus Seneca)

Worum geht es in der Arbeit mit der Psychosynthese?

Anfang des 20. Jahrhunderts wurde die Psychosynthese von dem italienischen Arzt, Psychiater und Gelehrten Roberto Assagioli (1888-1974) entwickelt.

Die Psychosynthese mit ihrem ganzheitlichen Menschenbild eröffnet uns einen liebevollen Weg, die eigene Persönlichkeit mit all ihren gegensätzlichen Anteilen zu entfalten sowie die Fülle unserer inneren Ressourcen kennenzulernen und zu integrieren. So geht es um eine behutsame, kreative Auseinandersetzung mit bewussten und verborgenen Kräften unserer Seele. Ziel ist es, diese lebendig werden zu lassen und so unser Leben zu bereichern sowie unsere tiefere Identität zu stärken.

Die transpersonale bzw. spirituelle Arbeit greift unsere Suche nach Mitte, Sinn und Tiefe auf und ermöglicht es, eine „Innere Weisheit“ zu entdecken, die unserem Leben Richtung, Selbstverbundenheit und Liebe schenkt.

Methoden/Techniken u.a.

- Psychosynthesetechniken
- Imagination, Visualisierung, Willensübungen
- Tiefenpsychologische Symbolarbeit
- Arbeit mit „Teilpersönlichkeiten“
- Arbeit mit dem „Inneren Kind“
- Elemente aus Drama- Gestalt- und Kunsttherapie
- Achtsamkeitsübungen

Meine speziellen Angebote

- Spezielle „Innere Kind-Arbeit“ (besond. auch für Menschen mit traumatischen Belastungen)
- Arbeit mit Träumen und Märchen
- Gezielte, berufsbezogene Beratung, Supervision und Unterstützung für Lehrer/innen, Erzieher/-innen, Pädagog/innen und Musiker/innen
- Reiseseminare (u.a. in die Sahara, ans Meer)

„Erkenne dich selbst, besitze dich selbst, verändere dich selbst!“

(R. Assagioli)

