

Praxis für Psychosynthese und Transpersonale Psychologie

Sibylle Walden



Austum 46 b · 48282 Emsdetten · Mobil: 0176 - 70 73 64 63 · mail: sibylle.walden@gmx.de

„Mein inneres Kind und ich“ Wege zu mehr Selbstliebe und Selbstwert“

*„Die Entdeckung des 'verletzten Kindes' in unserem Inneren stellt einen Aufdeckungsprozess dar. Sie entwickeln dabei nicht nur Ihre persönliche Kraft, sondern retten durch das Beschützen des verletzten Kindes in Ihrem Inneren auch seine spirituelle Kraft. Mit Hilfe dieser neu gewonnenen spirituellen Kraft können Sie Ihre 'Selbst-Schöpfung' beginnen. Das ist Ihre wahre Heimkehr.“
(John Bradshaw)*

Seit vielen Jahren ist die Arbeit mit dem „Inneren Kind“ wichtiger Bestandteil in der pädagogischen sowie psychologischen Arbeit. Psychologisch kann man das „Innere Kind“ sowohl als eine Metapher für das ursprüngliche Leben und auch „ewig junge Leben“ in uns verstehen als auch als einen zentralen Zugang zu „unseren frühen emotionalen Wunden und unserer ursprünglichen Identität“ (vgl. Harald Reinhardt). So wird sich das Kind im inneren Bild lebendig und glücklich zeigen, wenn wir in unserem Leben sensibel mit unseren Bedürfnissen, Intuitionen und Gefühlen unterwegs sind. Ist der Zugang zu unserer „Innenwelt“ eher „verstopft“, reagiert das „Innere Kind“ problematisch. Damit ist es ein fein aufgelöstes Abbild unserer momentanen „Selbstbeziehung“. Gleichermäßen spiegelt die Beziehung zu unserem „Inneren Kind“ in gewisser Weise wieder, wie frühe, wichtige Bezugspersonen mit uns als Kind umgegangen sind.

Da das „Innere Kind“ ein solch großes Symbol für unsere frühkindlichen emotionalen Erfahrungen von Liebe, Zugehörigkeit und Beziehungserleben ist, sind viele Verhinderungen und Beziehungsängste als Erwachsener Ausdruck ungelöster Elternbeziehungen. So werden wir in bestimmten Situationen unseres Lebens womöglich plötzlich wieder zu jenem ohnmächtigen, verletzten, überforderten Kind, das heute unsere Entwicklung hin zu einem gestärkten und mutig für sich eintretenden Erwachsenen behindern kann.

In diesem Kurs geht es darum, bewusst die eigenen Gefühle und Bedürfnisse (das innere Kind) auf einer tieferen Ebene wahrzunehmen, handhaben zu lernen und die Verantwortung für unser Kind zu übernehmen. So können die durch die bedingte Liebe früherer Bezugspersonen entstandenen Phänomene wie 'Abhängigkeiten, Schuldgefühle, Verlustängste oder ein Vorstellungsfixierungen nach und nach ersetzt werden durch mehr Identität, Selbstständigkeit, Entfaltung und einem freien Strömen von Lebensenergie.