

Das Innere Kind: Unseren Selbstwert entwickeln

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Ein gesundes Selbstwertgefühl ist sehr hilfreich in schwierigen Alltagssituationen. Es beruht auf der Fähigkeit, sich selbst anzunehmen, sich selbst zu unterstützen und sich selbst zu vertrauen. Viele haben in ihrer Kindheit jedoch kein intaktes Selbstwertgefühl entwickeln können. Stattdessen haben sie viele kritische Stimmen verinnerlicht und gelernt, dass sie sich anpassen und den

Erwartungen anderer genügen sollen. Als Folge davon haben sich Kindheitsmuster wie z.B. überhöhte Ansprüche oder Gehemmtheit ausgebildet. Diese Muster beeinträchtigen später das Leben und die Lebensqualität und halten davon ab, ein glückliches und erfülltes Leben zu führen.

In diesem Seminar lernen Sie Ihre Kindheitsmuster kennen und die Wirkung dieser Muster auf Ihr Leben zu verstehen. Außerdem bekommen Sie die Gelegenheit, diese Muster aufzubrechen, Ihren inneren Kritiker in seine Grenzen zu weisen und das Innere Kind zu versorgen. Dadurch können Sie erfahren, was es heißt, sich selbst wertzuschätzen und als liebenswert zu empfinden.

Der Kurs eignet sich sowohl für Therapeut/innen als auch für andere interessierte Berufsgruppen.

Dozent/in HP Psy Ina-Ingrid Dommer: Studium der Vergleichenden Literaturwissenschaft an der Universität Bonn und an der FU Berlin. Sie ist Heilpraktikerin für Psychotherapie mit eigener Praxis in Berlin seit 2004. Ina Dommer verfügt über Zusatzqualifikationen in psychologischer Astrologie, Familienstellen nach Bert Hellinger, Energiemedizin und traditionellen schamanischen Heilweisen. Sie besucht regelmäßig mediale Fortbildungen am Arthur Findlay College in London. Schwerpunkte in der Praxisarbeit sind Familien- und Organisationsaufstellungen, Therapien sensibler Wahrnehmung, Innere Kind Arbeit, psychologische Astrologie und Shamanic Counseling. Sie leitet Heilkreise und mediale Abende.

Termine:

Mi. 25.02.2026

Do. 26.02.2026

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

315,- Euro *

Paracelsus

Gesundheitsakademie

Karl-Marx-Allee 20

07747 Jena

Tel. 03641 - 42 02 34

Seminarnummer:

SSH06250226

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

