

GEFÜHLTE WURZELN

Emotionen systemisch verstehen

Unsere Emotionen sind eingebettet in ein größeres Ganzes – in Beziehungen, Familiengeschichten und kollektive Erfahrungen.
Dieser Workshop öffnet den Blick für die systemische Dimension unseres Fühlens.

Wir erforschen, wie Bindung, Zugehörigkeit und generationsübergreifende Dynamiken unsere Emotionen prägen – und wie wir uns mit diesen Wurzeln versöhnen können. Durch systemische Übungen, Austausch und Reflexion entsteht Raum für neue Perspektiven, Leichtigkeit und innere Freiheit.





Inhalte & Methoden:

- Einführung in systemisches Denken und Fühlen
- Übungen zu Bindung, Zugehörigkeit und emotionaler Weitergabe
- Gruppenarbeit & moderierte Fragerunden
- Raum für Integration und Abschluss

Ein berührender Abschluss deiner emotionalen Reise
– hin zu tiefer Verbundenheit mit dir selbst,
deinen Wurzeln und dem Leben.

Veranstaltungsort & Termin: 21. November 2026

10-17 Uhr im Yogastudio Rahden, Lange Str. 3

Beitrag: 99 Euro

Anmeldung:

mail@naturheilpraxis-blickwinkel.de