

# «Heile dein Inneres Kind»



**Dein inneres Kind verstehen und lieben lernen  
Verletzungen heilen und Selbstliebe entwickeln**

**Wieso die Arbeit mit dem inneren Kind so wichtig ist ?**

Die Arbeit mit dem inneren Kind ist eine wunderbare Methode zur Selbstreflexion. Dein inneres Kind spricht über Emotionen zu dir. Ausgelöst durch sogenannte Trigger hoffen sie gehört zu werden. Ein Trigger löst somit einen Gedanken oder eine Erinnerung an die Vergangenheit aus, die dann wiederum die Emotion aktiviert. Wenn wir begreifen und erfahren, dass wir uns mit diesem Wissen über uns selbst verändern können, halten wir einen Schlüssel für die Neugestaltung unseres Lebens in den Händen.

Das innere Kind steht symbolisch für die Gefühle, Erinnerungen und Erfahrungen aus der Kindheit und Jugend. Dazu gehören selbstverständlich ebenso die positiven wie auch die negativen Gefühle, die daraus entstanden sind. Durch eine liebevolle Auseinandersetzung mit dem «inneren Kind» soll Heilung geschaffen werden.

Dienstag 19. März 2024 von 19.00 bis 22.00 Uhr **oder**  
Mittwoch 20. März 2024 von 19.00 bis 22.00 Uhr

Energieausgleich: Fr. 60.00

Teilnehmerzahl: bis 8 Personen

**Anmeldung: bis 15. März 2024**

Kursort: Praxis Zeit zum Sein, Energetische Heilarbeit,  
Caroline Sonderegger, Altersheimstr.2a, 8890 Flums  
079 614 97 32

Ich freue mich auf Dich ! Herzlichst Caroline