



DR. BRITTA SCHMENK
Natürlich intelligent

Impulsvortrag „Inneres Team“:

Arbeiten mit inneren Anteilen

Die Arbeit mit inneren Anteilen ist ein fester Bestandteil vieler Psychotherapie-, Beratungs- und Coachingansätze. Je nach theoretischem Modell werden dabei verschiedene Begrifflichkeiten verwendet, wie inneren Rollen, Ego States, Ich-Anteile, Introjekte oder inneren Teammitglieder.

Gemeinsam ist allen Ansätzen die Idee einer inneren Pluralität als menschliches Wesensmerkmal: Unsere innere Reaktion auf einen Menschen, auf ein Ereignis, auf eine anstehende Entscheidung ist meist nicht einheitlich und klar, sondern gemischt, uneindeutig, vielfältig.

Das Modell des Inneren Teams nach Schulz von Thun ist eine Methode, die ich gern verwende, um das innere Geschehen anschaulich zu machen. Zu diesem Zweck werden die inneren Anteile personalisiert und in der Metapher eines Teams samt Teamleitung dargestellt.

Durch die so gewonnene Distanz und Außenperspektive können wir unseren inneren Anteile auf die Spur kommen, deren zum Teil enorme Wirkmacht uns im Alltag häufig verborgen bleibt. Wir können Kontakt zu unseren Anteilen aufnehmen, in den Dialog mit ihnen gehen und gewünschte Veränderungen herbeiführen. Letztlich geht es darum, uns selbst besser zu verstehen und im Umgang mit uns selbst freier zu werden.

Die Methode unterstützt die Selbstklärung und Problemlösung in schwierigen Situationen und ist sehr förderlich für eine klare, authentische Kommunikation nach außen.



In diesem Impulsvortrag werde ich Ihnen das Modell des Inneren Teams und dessen Anwendungsmöglichkeiten im (Selbst-) Coaching vorstellen.

Herzliche Einladung
zu diesem Impulsvortrag in meiner
psychologischen Praxis
am Freitag, 11.11.22
von 16.00 – ca. 18.00 Uhr

Die Teilnahmegebühr beträgt **€ 20,- (zzgl. MwSt.)**.
Ich bitte um **verbindliche Anmeldung** bis zum 08.11.22.

Rückfragen und Anmeldung: mail@brittaschmenk.de

Dr. Britta Schmenk, Diplom-Psychologin, Karlsgraben 27, 52064 Aachen

www.brittaschmenk.de