

Die Heldenreise

Das Abenteuer der kreativen Selbsterfahrung

ladera **hr** synergy

Tausend Möglichkeiten laden uns zu neuem Leben ein.

Christian Morgenstern

Idee und Hintergrund

In jedem Menschen steckt ein Teil, der etwas aus seinem Leben machen will, der Veränderung und Weiterentwicklung sucht; ein anderer Teil, der die Bequemlichkeit des Vertrauten schätzt, der lieber leidet, als anzupacken. Wird dieser Konflikt zwischen Sehnsucht und Sicherheit nicht gelöst, ist Lähmung, Energielosigkeit und Unzufriedenheit die Folge. Authentische und in ihrem Sinne erfolgreiche Menschen haben gelernt, ihren abenteuerlustigen und ihren schützenden Teil zu integrieren. Für uns Menschen ist dieser Konflikt sehr bedeutsam. Ihn zu lösen, heisst letztlich erwachsen, reif und selbständig zu werden. In anderen Kulturen halfen oder helfen Initiationsriten dabei, die nötigen Schritte zu gehen. In unserer Kultur werden wir dabei ziemlich allein gelassen. Im Heldenreisen-Ritual, welches der Amerikaner Paul Rebillot auf der Basis der in den meisten Kulturen der Erde verbreiteten Heldenmythen entwickelte, haben die TeilnehmerInnen Gelegenheit, diese beiden widerstreitenden Persönlichkeitsanteile herauszuarbeiten, gegenüber zu stellen und ein Stück weit zu integrieren. Die Vereinigung von «Held» und «Dämon» führt zu einer integrierten Person, die Fähigkeiten und Gefahren kennt und zielstrebig handelt.

Die Heldenreise geht weit über die üblichen kognitiven Programme hinaus.

Sie ist Persönlichkeitsentwicklung im besten Sinne.

Ein Weg der Veränderung

- Ihre persönliche Vision (weiter-) zu entwickeln
- Widerstände und Blockaden abzubauen
- Energie zu tanken, Ihre eigene Energie zu lösen und zu mobilisieren
- dem Burnout vorzubeugen
- noch kontaktfähiger und kontaktfreudiger zu werden
- einen grossen Schritt zu einer kreativeren Persönlichkeit zu machen
- noch mehr Erfüllung, Freude und Zufriedenheit im Beruf zu finden

Kreativer Selbsterfahrungsprozess

Die Heldenreise ist ein intensiver, fünftägiger, kreativer Selbsterfahrungsprozess für erwachsene Menschen. In dieser Sequenz kombinieren wir verschiedene Formen der Selbsterfahrung. Die sehr kreativen und abwechslungsreichen Methoden empfinden viele Menschen als ideale Möglichkeit, um einen Zugang zu sich selbst zu finden. Dadurch kann sich jeder auf ganz neue, spannende und intensive Art erleben.

Die Heldenreise ist etwas für jeden, der sich verändern oder persönlich weiter entwickeln und intensiver leben möchte.



Seminarleitung

Wir sind selbst erfahrene Pädagoginnen und Therapeutinnen,
Trainerinnen, Personalentwicklerinnen und Geschäftsführerinnen.

Rufen Sie uns unverbindlich an, wenn Fragen sind.

Wir beantworten sie gerne und freuen uns auf Sie.

ladera **hr** synergy

Lavaterstrasse 71 | CH-8002 Zürich

Tel. +41 44 201 26 00 | gl@ladera.ch | www.ladera.ch



Gerlinde Ladera

Dipl. Erwachsenenbilderin, Gestalttherapeutin,
zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation
gl@ladera.ch



Ute Imig-Wittekind

Diplom-Pädagogin, Gestalttherapeutin,
Personalentwicklerin
uiw@ladera.ch