

# 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 Pädagogen und Therapeuten,  
Trainer, Personalentwickler und Geschäftsführer.

Rufen Sie uns unverbindlich an, wenn Fragen sind.  
Wir beantworten sie gerne und freuen uns auf Sie.

**ladera** **hr** synergy

Fehrenstrasse 10 | CH-8032 Zürich

+41 79 216 71 94 | [gl@ladera.ch](mailto:gl@ladera.ch) | [www.ladera.ch](http://www.ladera.ch)



**Gerlinde Ladera**

Dipl. Erwachsenenbilderin, dipl. Gestalttherapeutin,  
zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation  
[gl@ladera.ch](mailto:gl@ladera.ch)



**Roland Schöfmann**

Dipl. Sozialpädagoge und Gestalttherapeut,  
Leiter einer Jugendhilfeeinrichtung

# Anmeldung

Anmeldeschluss 14. April 2020

Ich melde mich hiermit verbindlich zum Seminar «Die Heldenreise» vom 3. bis 8. Mai 2020 an.

Name | Vorname

---

Beruf

---

Strasse

---

PLZ/Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Geburtsdatum

---

Ich verfüge über eine normale physische und psychische Belastbarkeit. Mir ist bekannt, dass die Teilnahme an diesem Workshop auf eigene Verantwortung stattfindet und keine Therapie oder Heilbehandlung ersetzt. Die Rücktrittsbedingungen erkenne ich an.

Datum | Unterschrift

---

## Kosten

CHF 1250 (ohne Verpflegung und Unterkunft)

## Ort

Hof de Planis, 7226 Stels/Schiers, +41 081 328 11 49  
www.hofdeplanis.ch

## Datum | Zeit

Sonntag, 3. Mai 2020, 16 Uhr  
bis Freitag, 8. Mai 2020, 15 Uhr

## Auskunft | Anmeldung

ladera hr synergy, Gerlinde Ladera  
Fehrenstrasse 10, 8032 Zürich  
+41 79 216 71 94  
gl@ladera.ch

## Rücktrittsbedingungen

Bei Rücktritt von der Anmeldung bis 60 Tage vor Beginn werden 30%, bis 30 Tage vor Beginn werden 50% und später werden 100% des Seminarbetrags fällig. Zusätzlich können Ausfallgebühren für das Seminarhotel anfallen. Die Kosten entfallen sobald ein Ersatzteilnehmer gestellt wird.

