

Weiterbildung *from Shadow to Light*



Der Schatten – unsere dunkle, abgelehnte Seite – ist etwas, das viel Leid verursacht: Wir können uns deswegen selber nicht annehmen und lieben, und andere auch nicht! Der Schatten ist der Grund für die meisten Konflikte, im persönlichen Leben und in der Welt.

Wie kann der Schatten erlöst werden? Diese Frage wird am Kurs beantwortet.

Wenn diese Frage Antwort findet, passiert etwas wie im Märchen *Beauty and the Beast*: Die wahre Gestalt, der Prinz, kam in dem Moment zum Vorschein, als seine entstellte Form, das Biest, angenommen und geliebt wurde! Genau so ergeht es unseren eigenen abgelehnten und entwerteten Seiten – durch das Angenommen-Werden kommt ihre wahre Stärke und Schönheit hervor! Das setzt Kraft frei, und verändert nicht nur die Beziehung zu uns selbst zum Positivsten, sondern auch die zu allen anderen!

Der Kurs richtet sich an Coachs, die das Thema Schatten und Schattenintegration vertiefen möchten, aber auch an Menschen, die ein persönliches Interesse am Thema haben.

Das bekommst du am Workshop:

- **Fachwissen** zu einem der zentralsten Themen von Persönlichkeitsentwicklung: Was ist der Schatten? Wie entsteht er? Wie wirkt er sich aus? Und vor allem: Wie kann er erlöst werden?
- **Selbsterfahrung:** Den Schatten sehen, anerkennen, Schritt für Schritt heilen – und erleben, wie das Freude, Selbstermächtigung und echte (Selbst) Liebe bringt!
- Eine **Landkarte** für das «Shadowland»: welche Schatten und Archetypen gibt es?
- Eine breite Auswahl an **Methoden:** Wie kann ich das «Shadowland» durchschreiten? Für mich selbst und mit Klienten?
- Viel Gelegenheit für **Eigenprozesse** und **Mitlernen** an den Prozessen anderer
- Ein umfassendes, praxisnahes **Skript**

Organisatorisches:

Das Kursskript wird vorab zugestellt, die Lektüre ist freiwillig.

Alle Teilnehmer erhalten eine Weiterbildungsbestätigung.

Kurszeiten

- Datum: **Samstag – Sonntag, 12.-13. April 2025**
- Kurszeiten: 9:30h – 16:30h

Kosten

- 390 CHF (Coaching-Klienten 350 CHF)

Ort

- Praxisraum «Rund ums Leben», Seestrasse 561, 8038 Zürich

Verpflegung

- Snacks und Getränke stehen zur Verfügung, Mittagessen bitte selber besorgen.

Kontakt

für Fragen und Anmeldung (bis 2. März)

- Barbara Valeh Tel: 076 558 97 72 Mail: info@barbara-valeh.com

Kursleitung:

Barbara war fast 20 Jahre als Gymnasiallehrerin tätig, parallel dazu seit 2012 als Coach, und von 2014-2023 als Dozentin am Schweizer Coaching-Institut. Dort hat sie auch selbst die Ausbildung bis zum Master absolviert. Ein tiefes Psychologie-Verständnis und umfassende Erfahrung beim Begleiten von Menschen hat sie beim Psychologen und Therapeuten Dr. Spezzano gewonnen (120 Ausbildungstage). Barbaras Arbeit ist zudem geprägt von langjähriger Meditationspraxis und viel eigenem Lernen, Stolpern und Wachsen. Am meisten freut sich Barbara, wenn sie mit anderen zusammen lernen und wachsen kann 😊

