



## Ich schließe meine Augen und stell mir einmal vor

Mediation für Kinder ab 9 Jahren,  
welche bereits Erfahrung mit Entspannung haben

*Die Freiheit der Phantasie ist keine Flucht ins Unwirkliche,  
sie ist Kühnheit und Erfindung (Eugene Ionesco)*

Das Visualisieren von inneren Bildern, in Bezug auf gewünschte Lösungen bringt  
Stärkung, Erleichterung und Selbstbestimmtheit im stressbesetzten Alltag der Kinder.

Du hast bereits erkannt und gespürt, wie wertvoll Entspannung für dich ist und  
möchtest nun auch die Kraft deiner inneren Bilder nutzen.

Im Entspannten Zustand verlaufen deine Hirnwellen langsamer und in größeren  
Mustern. So hast du einen viel besseren Zugang zu deinen inneren Bildern und deiner  
inneren Weisheit. Durch die zusätzliche Nutzung deiner Vorstellungskraft - z.B. über  
Phantasiebilder, erhöhst du deine Konzentration, deine Kreativität und damit auch die  
Fülle deiner Lösungsmöglichkeiten. Deine eigenen Stärken und Fähigkeiten werden dir  
so leichter bewusst und du kannst sie in Zukunft selbstbestimmt und selbstsicher genau  
da einsetzen, wo du sie benötigst.

Zeitfenster: 2-wöchig / 6 x 120 Min

Kosten: 90,00 € Teil / Kostenerstattung möglich

Aktueller Termin und Anmeldung unter [www.entfaltungsraum.de/termine](http://www.entfaltungsraum.de/termine)

Der Workshop kann auch als Angebot für Einrichtungen oder als Geburtstagssevent  
gebucht werden.