



## TRAUM-WIRKLICHKEITEN IN EINER TRAUMHAFTEN UMGEBUNG

Stelserseminar – eine alte Tradition neu belebt

### THEMA

So wie Wachsein und Schlafen zusammen gehören, so gehören auch die Erfahrungen im Zustand des Wachseins und die Erfahrungen im Zustand des Träumens unmittelbar zusammen.

Die Neurobiologie hat erforscht, wie die beiden Realitäten gegenseitig auf einander einwirken.

Einerseits verdanken wir unseren Ideen des Tages die Träume der Nacht. Andererseits wird im Traum gewissermassen die Küche unseres Bewusstseins aufgeräumt, d.h. der Verstand reorganisiert. Nachts ist das kritische Denken ausgeschaltet. Das Lymbische System ist nachts sehr aktiv.

Im Traum erfahren wir in sozialen und virtuellen Welten auf kreative Weise etwas über die Emotionen der Seele. In ihrer Rätselhaftigkeit bieten Träume oft Problemlösungen an.

In diesem Seminar schlagen wir die Brücke zwischen dem Wachsein und dem Traum. In der traumhaften Berglandschaft nehmen Sie sich auf verschiedenen Ebenen Zeit für das Thema Traum. Auf diese Weise begeben Sie sich auf eine Entdeckungsreise.

### ARBEITSWEISEN

- Einzel, Gruppen, Plenum
- Reflexion, Austausch, Spuren suchen, Gespräche, Stille, Übungen
- reden, schreiben, zuhören, gestalterisch sein
- sich selbst und die anderen erleben, erfahren, erkennen
- Theorieinputs aus der Traumtheorie und aus der Transaktionsanalyse
- Konkrete Arbeit mit Träumen

### INFORMATIONEN RUND UM DAS SEMINAR

Leitung	<b>Hanna Eyer TSTA-C und Daniela Sonderegger-Dürst TSTA-C</b>
Wann	Montag 30. Januar 2017 (Start 14.00 Uhr) bis Freitag 3. Februar 2017 (Schluss 12.00 Uhr)
Wo	Seminarhotel Hof de Planis in Stels
Kosten	Seminarkosten CHF 850.-, zusätzlich Kosten für Unterkunft und Verpflegung (siehe <a href="http://www.hofdeplanis.ch">www.hofdeplanis.ch</a> )
Informationen	<a href="http://www.itz-institut.ch">www.itz-institut.ch</a> und <a href="http://www.praxis-eyer.ch">www.praxis-eyer.ch</a>
Anmeldung	bis 16. Dezember 2016 an <a href="mailto:Daniela.Sonderegger-Duerst@itz-institut.ch">Daniela Sonderegger-Dürst bildung@itz-institut.ch</a> oder <a href="mailto:Hanna.Eyer.info@praxis-eyer.ch">Hanna Eyer info@praxis-eyer.ch</a>