



## Topdog/Underdog und das innere Kind



### Gestalttherapie Workshop in Hamburg

18.-21. Juli 2024

[www.Institut-transpersonale-gestalttherapie.de](http://www.Institut-transpersonale-gestalttherapie.de)



Es geht um eine besondere Form des inneren Dialogs, die uns unendlich viel Kraft kostet: hier eine starke Seite, die darauf beharrt, immer Recht zu haben, der **Topdog** und ihr gegenüber eine schwache Seite, die niemals Position bezieht, am liebsten ausweicht und damit verhindert, dass irgendetwas weitergeht, der **Underdog**.

Diese beiden Seiten erscheinen nicht selten als innerer Erwachsener und inneres Kind.

Langfristig muss jede Seite lernen, die andere wahrzunehmen, sich ihr anzunähern und schließlich müssen sie einander gelten und bestehen lassen. Anders kann die Blockade im Innern nicht überwunden werden.

Wir arbeiten wie immer einzeln, in Paaren, in Kleingruppen und in der Grossgruppe. Wir beziehen Tanz und Meditation mit ein und so ist für Spass und unvermeidlich auch für persönliches **Wachstum** gesorgt.



Dipl.Ing Deva Prem und Dr.Rajan Roth

Anmeldung: [devaprem@web.de](mailto:devaprem@web.de)

mobil 0176 544 74 834, Kursgebühr 420.-€

Ort: FYYT Yogastudio

Borsteler Chaussee 102, Hamburg

[www.institut-transpersonale-gestalttherapie.de](http://www.institut-transpersonale-gestalttherapie.de)