

 Psychotherapie

Schattenarbeit: Integration des Schattens

Es ist von großer Bedeutung, sich seiner eigenen inneren Dunkelheit bewusst zu sein, um angemessen mit den negativen Aspekten anderer Menschen umgehen zu können." – C.G. Jung

"Wenn eine Situation nicht bewusst wahrgenommen wird, erscheint sie im Außen als unveränderliches Schicksal." – C.G. Jung

Der Begriff "Schatten" bezieht sich auf unerwünschte und verdrängte Persönlichkeitsanteile, die aus dem Unterbewusstsein wirken und zu ungewollten Problemen und Ereignissen führen können. Dazu zählen Beziehungsprobleme, finanzielle Schwierigkeiten, das Gefühl, ein Opfer zu sein, Aggression, destruktives Verhalten, Krankheiten oder Süchte. In diesem Seminar bieten wir eine Vielzahl von Übungen an, die der persönlichen Entwicklung dienen und in therapeutischen Praktiken Anwendung finden.

Seminarinhalte:

1. Definition und Wirkung des Schattens
2. Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Schatten
3. Die Verbindung mit dem heilenden Selbst
4. Psychosynthese: Das Kennenlernen und Interagieren mit den inneren Persönlichkeitsanteilen
5. Identifikation und Veränderung grundlegender Überzeugungen
6. Erkennen und Loslassen von belastenden Emotionen
7. Erkennen und Auflösen von Auslösern für negative Reaktionen
8. Eine neue Perspektive auf die Vergangenheit entwickeln
9. Hinterfragen der selbst erfundenen Geschichte, die die aktuelle Situation erklärt

Dieses Seminar richtet sich an Berufsgruppen aus dem psychotherapeutischen Bereich, die ihr Fachwissen erweitern möchten.

Termine

Mo, 09.02.2026

17:00–20:00 Uhr

Di, 10.02.2026

17:00–20:00 Uhr

[und 1 mehr](#)

Preis

190,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSA111090226

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 23.12.2025

Dozentin

Sabine Knörle

geb. 1981, ausgebildete Erzieherin mit zahlreichen Weiterbildungen in systemischer Therapie (DGSF), psychologischer Beratung, Kommunikation (Lingva Eterna®), Kinesiologie und energetischer Heilarbeit. Seit über 25 Jahren arbeitet sie mit spirituellen Heilmethoden.

Heute begleitet sie als Coach und Seminarleiterin Frauen dabei, ihre wahre Aufgabe zu erkennen – und mit Klarheit und innerer Führung ein Leben zu gestalten, das ihrer Seele entspricht.