Psychotherapie

Mit Märchen zu mir selbst

Eigene Gefühle, Bedürfnisse und Ressourcen über Geschichten entdecken, sich selbst neu begegnen

Märchen erzählen von Aufbruch und Abschied, von Mut und Angst, von Verlust, Veränderung, Sehnsucht und Neubeginn. Oft berühren uns bestimmte Geschichten oder Figuren ganz unmittelbar – manchmal wissen wir jedoch gar nicht genau, warum.

In diesem praxisorientierten Tagesworkshop nutzen wir Märchen, Märchenfiguren, Symbole und innere Bilder als Impulse für die persönliche Selbstreflexion. Dabei geht es nicht darum, Märchen zu analysieren oder vorgegebene Bedeutungen zu finden.

Vielmehr steht die eigene Wahrnehmung im Mittelpunkt: Was berührt mich? Was löst eine Geschichte in mir aus? Und was kann ich darin über mich selbst entdecken?

Die Teilnehmenden erleben, wie Geschichten einen geschützten Zugang zu persönlichen Themen ermöglichen können. Eine Märchenfigur oder ein Symbol kann dabei helfen, zunächst aus einer gewissen Distanz auf das eigene Erleben zu schauen. So wird es manchmal leichter, über eine Figur zu sprechen, als unmittelbar über sich selbst.

Mit Körper- und Wahrnehmungsübungen, Reflexionsfragen, Bildarbeit und kreativen Impulsen erkunden die Teilnehmenden eigene Gefühle, Bedürfnisse und innere Ressourcen. Dabei können neue Perspektiven entstehen und bereits vorhandene Fähigkeiten und Kraftquellen bewusster werden.

Der Workshop verbindet fachliche Impulse mit Selbsterfahrung, Einzelreflexion und Austausch. Es entsteht Raum, innezuhalten, die eigene Resonanz wahrzunehmen und sich über die Sprache der Märchen auf eine andere Weise selbst zu begegnen.

Der Workshop richtet sich an Menschen, die neugierig auf sich selbst sind und Märchen nicht nur als Geschichten, sondern als Impuls für persönliche Entwicklung und neue Perspektiven erleben möchten.

Termin

So, 29.08.2027
10:00-17:00 Uhr

Preis

140,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Dresden
Schweizer Str. 3 a
01069 Dresden
Tel. 0351-472 15 15

Seminarnummer

SSH10008290827

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 24.11.2026

Dozentin

Roswitha Fabula Nitzsche

Jg.1977. Roswitha Fabula ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, Entspannungstrainerin, Hypnosetherapeutin und Trauerbegleiterin. Sie verfügt über einen Bachelorabschluss in Sozialpädagogik, in dessen Rahmen sie sich wissenschaftlich mit der Märchenforschung auseinandersetzte. Darüber hinaus hat sie sich fortlaufend mit systemischen Ansätzen, Gewaltfreier Kommunikation und ressourcenorientierter Arbeit beschäftigt. Als Märchen Therapeutin verbindet sie psychologisches Fachwissen mit Symbolen und inneren Bildern. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit stehen Selbstwahrnehmung, emotionale Resonanz und die Entwicklung persönlicher Ressourcen. Ihre Seminare verbinden fachliche Impulse mit praktischer Selbsterfahrung und schaffen Räume, in denen unmittelbar erlebt und reflektiert werden kann.