



Hallo liebe Leserinnen und Leser der Neuigkeiten aus meiner Praxis,

inzwischen habe ich mich schon gut eingelebt in der neuen Praxis und auch das erste Seminar im Raum 17 im 1. Stock hat bereits stattgefunden. Ich fühle mich sehr wohl hier und freue mich über das Potential, das diese Räume bieten.

Am Ende der E-Mail befindet sich nochmal die Wegbeschreibung und weitere allgemeine Informationen.

Und hier nun die nächsten Termine für Gruppen bis zum Sommer. Der Herbst ist noch in Planung. Ich freue mich über E-Mails mit Anmeldungen oder vorläufigen Reservierungen und über alle Mitteilungen, mit euren Wünschen und Anregungen zu den Seminaren. Ich werde schauen, wie ich das mit einbeziehen kann.

[Falls die grafische Darstellung de Email nicht passt, bitte hier im Browser öffnen \(PDF\)](#)



Arbeits-Gruppe: Aufstellungen und mehr

Diese Gruppe für Frauen besteht schon seit mehreren Jahren - die gegenseitige Verbundenheit ist eine wertvolle Unterstützung für die eigene Persönlichkeits-Entwicklung. Einstieg ist ohne Vorkenntnisse jederzeit möglich, Interesse reicht aus.

Wir arbeiten mit den aktuellen Themen der Teilnehmerinnen. Wer noch mehr über die Reichhaltigkeit der Aufstellungsarbeit erfahren und sich gleichzeitig persönlich weiterentwickeln möchte, ist in dieser Arbeitsgruppe genau richtig.

Termine & Uhrzeiten:

Samstag, 20. April von 10 bis 13 Uhr (in Planung)
Samstag, 20. April von 14 bis 17 Uhr (steht fest)
Samstag, 1. Juni von 10 bis 13 Uhr (in Planung)
Samstag, 1. Juni von 14 bis 17 Uhr (in Planung)
Samstag, 29. Juni von 10 bis 13 Uhr (in Planung)
Samstag, 29. Juni von 14 bis 17 Uhr (steht fest)

Kosten: 70 Euro je 3 Stunden-Termin, incl. Kaffee, Tee, Wasser, Obst und Knabberereien
(Finanzen sollen kein Hinderungsgrund sein. In diesem Fall bitte an mich wenden.)

Ort: Systemische Praxis, Raum 17, Schweinfurter Straße 17, 96049 Bamberg

Nähere Informationen: <https://kinesiologische-naturheilpraxis.de/aufstellungen-und-mehr.pdf>



Familien- und Systemaufstellungen

Familien- und Systemaufstellungen zeigen die bestehende Struktur, die Dynamik und das Veränderungspotential von Systemen. Sie sind eine effektive Hilfe bei anstehenden Themen, Entscheidungen, Fragen und Problemen. Besonders gut eignen sich derartige Aufstellungen, wenn bisherige Strategien nicht ausreichend waren: Größere Zusammenhänge können erkannt und erfahren werden, neue Lösungswege zeigen sich auf.

Diese Methode bietet sich an für hilfreiche Entwicklungen in folgenden Bereichen:
Familie, Beziehungen, Beruf und Berufung, Gesundheit, Symptome, Finanzen, Wohnen, Haustiere, Persönlichkeitsentwicklung („Inneres Team“) und vieles mehr.

Termine: Samstag, 11. Mai, ab 10 Uhr

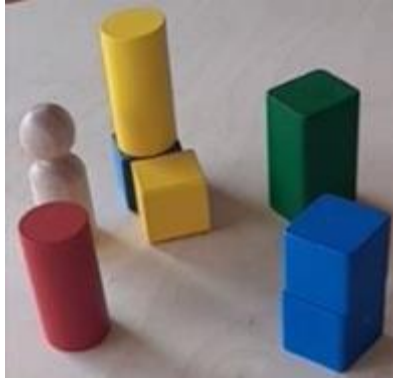
Weitere Termine sind bereits in Planung – bei Interesse gerne eine Mail an mich schreiben

Uhrzeit: ab 10 Uhr mit 1 bis 4 Aufstellungen je Termin, Dauer abhängig von Anzahl der Aufstellungen (idR. ca. 1,5 Stunde für eine Aufstellung + Pause)

Kosten: 180 Euro für eine eigene Aufstellung / 20 EUR ohne eigene Aufstellung

Ort: Systemische Praxis, Raum 17, Schweinfurter Straße 17, 96049 Bamberg

Nähere Informationen: <https://www.kinesiologische-naturheilpraxis.de/famstellen.pdf>



In Planung: Tagesseminar: Aufstellungen des „Inneren Teams“

Dieses Seminar gibt einen Einblick in die Arbeit mit inneren Anteilen. Das ist eine sehr hilfreiche, psychotherapeutische Methode auch unter dem Namen: Ego-State-Therapie bekannt. Aufstellung des „Inneren Teams“ helfen die unterschiedlichen Bedürfnisse der eigenen Persönlichkeit wahrzunehmen, sie auch wertzuschätzen und „unter einen Hut“ zu bekommen.

Aus dem Inhalt:

- Erarbeiten eines persönlichen „Inneren Teams“
- Wichtige Bedürfnisse erkennen und erfüllen
- Schwächere Seiten stärken
- Neue Ideen und Lösungen finden
- Verantwortung übernehmen und Entscheidungen treffen
- „Innere Team“ Arbeit für sich selbst, in der Einzelarbeit oder in Gruppen

Zielgruppen: Für Anfänger und Fortgeschrittene gut geeignet, um sich intensiv mit der eigenen Persönlichkeitsentwicklung zu beschäftigen.

Oder als Einblick in eine Methode, die sich sehr gut für verschiedene berufliche Tätigkeiten nutzen lässt.

Termin: in Planung

Uhrzeit: in Planung

Kosten: 150 EUR incl. Skript

(Finanzen sollen kein Hinderungsgrund sein. In diesem Fall bitte an mich wenden.)

Ort: Systemische Praxis, Schweinfurter Straße 17, 96049 Bamberg

Ich habe bereits eine Liste von verschiedenen Menschen, die sich für dieses Seminar interessieren. Bitte sende mir eine Email, wenn du auch Interesse hast – ich suche dann nach dem besten gemeinsamen Termin.



In Planung: Tagesseminar Hochsensibilität

Dieses Seminar ist für Menschen, die viele „Antennen“ nach außen haben. Die Reize über die Sinne (sehen, hören, fühlen, schmecken, riechen, 6.Sinn, etc.) werden vermehrt und verstärkt aufgenommen. Sie reagieren sensibel. Die Wahrnehmung ist feinfühlig.

Das Nervensystem nimmt Informationen, wie etwa Geräusche, Gerüche, Gefühle und Stimmungen mehr und intensiver auf. Dabei kann es auch zu Reizüberflutung kommen. Und das kann leider einen Einfluss auf die Entwicklung von seelischen und körperlichen Beschwerden und Erkrankungen haben.

Auf der anderen Seite ist eine sensible Wahrnehmung und Einfühlungsvermögen eine sehr wertvolle Gabe. Hochsensible Menschen haben eine wichtige Funktion für die Entwicklung einer werteorientierten, von Mitgefühl getragenen, stabilen Gesellschaft.

Durch das bewusste Verfeinern der Wahrnehmung lässt sich das SELBST-BEWUSST-SEIN steigern.

Damit die Vorteile genutzt und die problematischen Aspekte bewältigt werden können, sind Wissen und Erfahrungen wichtig und hilfreich.

Wir lernen und üben diese Kunst der guten Wahrnehmung SINN-VOLL einzusetzen und zu nutzen.

Aus dem Inhalt:

- Test auf Hochsensibilität
- Neurobiologische Zusammenhänge – das passiert im Gehirn
- Naturheilkundliche und psychotherapeutische Strategien für den Alltag
- Sich schützen und Grenzen setzen
- Chancen nutzen und Risiken vermindern
- Der Intuition vertrauen

Termin: in Planung

Uhrzeit: in Planung

Kosten: 150 EUR incl. Skript

(Finanzen sollen kein Hinderungsgrund sein. In diesem Fall bitte an mich wenden.)

Ort: Systemische Praxis, Schweinfurter Straße 17, 96049 Bamberg

Ich habe bereits eine Liste von verschiedenen Menschen, die sich für dieses Seminar interessieren. Bitte sende mir eine Email, wenn du auch Interesse hast – ich suche dann nach dem besten gemeinsamen Termin.



Rita Jung – Systemische Praxis

Meine neuen Praxisräume befinden sich hier:

Schweinfurter Straße 17
96049 Bamberg

Wenn man von der Unteren Sandstraße Richtung Gaustadt fährt, kommt man durch die Schweinfurter Straße.

Durch das Schild „Raum 17“ (siehe erstes Bild ganz oben) ist das Haus schon von Weitem sichtbar.

Die Praxis befindet sich im Erdgeschoss – ich teile sie mit meiner neuen Kollegin Teodora.

Ab sofort sind hier Einzeltermine möglich und zwar am Montag (ganztags), Mittwoch (ganztags), Freitag (ab 14 Uhr), Samstag.

Es gibt auch weiterhin Online- bzw. telefonische Termine!

Meine neue Webseite (<http://www.ritajung.de>) ist weiterhin im Aufbau – aktuelle Infos sind bis zur endgültigen Fertigstellung unter <https://www.kinesiologische-naturheilpraxis.de> zu finden.

Ich wünsche dir, dass du die Wärme und die sonnigen Tage genießen kannst, entspannte Stunden in der zur Zeit besonders wunderbaren Natur verbringen kannst und sende dir herzliche und fröhliche Frühlingsgrüße!

Rita Jung



Rita Jung
Systemische Praxis
Schweinfurter Straße 17
96049 Bamberg
09503/5000200
www.ritajung.de



P.S. Wer keine Info-Mail mehr erhalten möchte, bitte auf antworten klicken und einfach abmelden.