



# Selbsterfahrung „Weibliche Sexualität“

SEITE 1

## **Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen!**

---

Ein spannendes Feld, für jede bewusste Frau, mehr und mehr die eigene Weiblichkeit zu entwickeln. Vertrauen in der Gruppe, achtsames Miteinander und Neugier auf das Unbekannte werden uns auf dem Weg der Selbstentwicklung begleiten.

Wir erleben unsere Sexualität auf den drei Ebenen.

### **Körperlich:**

mit einer Reise ins weibliche Becken, Yoga-Übungen zum Beckenboden und zur Vitalisierung der Lebensenergie, Rituale aus dem tantrischen Yoga, ansatzweise auch Anatomie und Physiologie. Themen der Menstruation, weiblicher Erkrankungen und Verletzlichkeit des weiblichen Körperschemas gehören hier auch hinein.

### **Emotional-seelisch:**

je nach Lebensabschnitt und Altersstufe stehen verschiedene Aspekte der weiblichen Sexualität im Vordergrund.

Wir gehen auf Spurensuche unseres inneren kleinen Mädchens, des pubertierenden Mädchens, der adoleszenten jungen Frau, der liebenden, gebärfähigen erwachsenen Frau, der Mutter, der Frau in und nach den Wechseljahren.

(Das innere weibliche Team oder auch die weiblichen Archetypen).

### **Geistig:**

Animus und Anima (C. G. Jung), die zwei Prinzipien, die in jeder Frau und jedem Mann wirksam sind werden reflektiert, wie auch entsprechende Körper- und Energie-Übungen werden zur Selbsterfahrung eingesetzt.

## **Dozentin:**

---

### **Monika Fell-Hagen,**

Psychologische Psychotherapeutin in tiefenpsychologischer Praxis in Würzburg, Yoga-Lehrerin (BDY), Tantrisches Yoga nach Sky-Dancing, Körperpsychotherapie, Traumatherapie.

Internet: [www.trans-personal.de](http://www.trans-personal.de); Email-Adresse: [email@monikafell-hagen.de](mailto:email@monikafell-hagen.de).

---

### **Anmeldung:**

Würzburger Institut für systemisches

Denken und Handeln

Ludwigstraße 8a

97070 Würzburg

Tel.: 0931 3 53 91 32

Email: [info@wuerzburger-institut.de](mailto:info@wuerzburger-institut.de)

### **Seminarzeiten:**

Freitag: 10:00 bis 18:00 Uhr

Samstag: 09:00 bis 17:00 Uhr

### **Veranstaltungsort:**

Centrum für Yoga, Meditation und Trans-Personales

Wachstum, Psychotherapeutische Praxis

Maximilian-Kolbe-Straße 2, 97084 Würzburg

**WISH** Würzburger Institut für systemisches Denken und Handeln

Ludwigstraße 8a, 97070 Würzburg, Tel.: +49 931 3539132, [info@wuerzburger-institut.de](mailto:info@wuerzburger-institut.de), [www.wuerzburger-institut.de](http://www.wuerzburger-institut.de)



**Das Würzburger Institut für systemisches Denken und Handeln** ist aktives Mitgliedsinstitut der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF), ist dort akkreditiert und bietet DGSF- anerkannte Weiterbildungen an. Ebenso ist es akkreditierter Fortbildungsveranstalter der PTK-Bayern.

Folgende Weiterbildungen sind von der DGSF zertifiziert und anerkannt:

- Systemische Beratung
- Systemische Therapie
- Systemische Supervision und Coaching

Neben den Weiterbildungen setzen wir Schwerpunkte durch unsere Fortbildungen und Fachtage:

- Systemische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen
- Systemische Paarberatung und Paartherapie
- Systemische Ansätze für Menschen in leitender Position
- System-, und Familienaufstellungen
- Selbsterfahrungsseminare zu wechselnden Themen
- Regelmäßige Fachtage zu aktuellen und relevanten Themen

Wir bieten eine anregende und angenehme Lernatmosphäre. Die Veranstaltungen finden meist in unserem Institut in der Würzburger Innenstadt statt. Wir verfügen über helle, großzügige Tagungsräume, Teeküchen, einen Wintergarten und eine Dachterrasse.

### **Institutsleitung:**



#### **Iris Thanbichler**

Diplom-Sozialpädagogin,  
System. Therapeutin/Familientherapeutin (DGSF)  
System. Supervisorin und Coachin (DGSF)  
Lehrende für system. Beratung und Therapie (DGSF)



#### **Dr. Atilla Höfling**

Diplom-Psychologe  
Systemischer Therapeut/Familientherapeut (DGSF)  
Lehrender für systemische Beratung und Therapie (DGSF)