

**Vortrag Compassionate Inquiry® &
Safe and Sound Protocol
am 03. Dezember 2022 Dezember in München!**

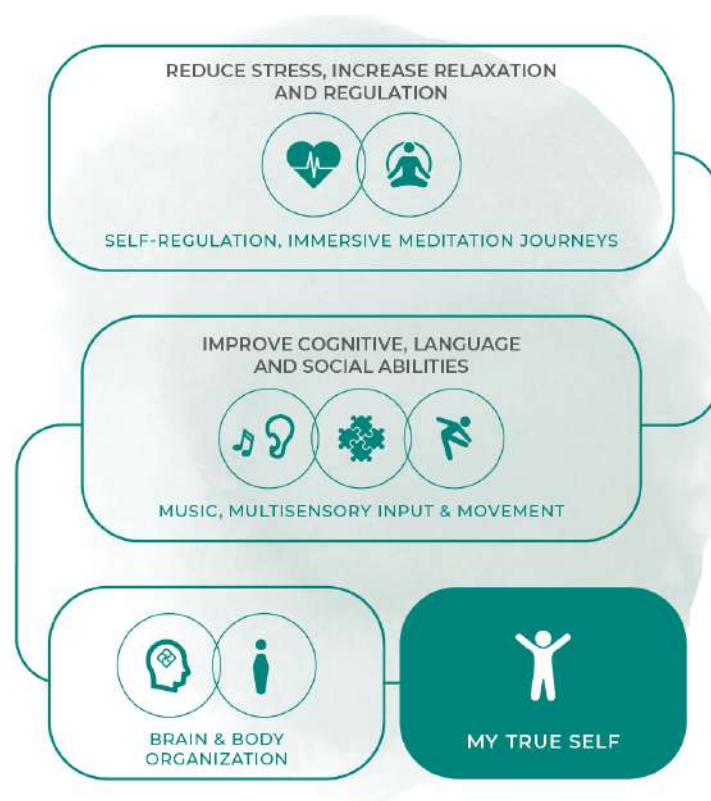


**Compassionate Inquiry® ist ein ganzheitlich integrierender
Ansatz von Dr. Gabor Maté.**

Mit Compassionate Inquiry® ändert und öffnet sich unsere Selbst- und Fremd-Wahrnehmung, unsere Präsenz, unser Mindset, unsere Authentizität, unser Mitgefühl, unsere Bindung und unsere Bindungen. Kurz: unser Leben. Es wird lebenswerter, lebendiger, bunter. So, wie es unser Geburtsrecht schon immer war. In einer Compassionate Inquiry Sitzung explorieren wir unsere Denkweisen, Emotionen, Erlebnisse und inneren Restriktionen. Der CI Coach hält dabei stets den sicheren Rahmen und Raum und begleitet auf sichere, profunde Weise den Klienten. Jede CI Sitzung meines Lebens, ob auf der Empfänger oder Geber Seite war life-changing.

"The purpose of Compassionate Inquiry is to drill down to the core stories people tell themselves – to get them to see what story they are telling themselves unconsciously; what those beliefs are, where they came from; and guide them to the possibility of letting go of those stories, or letting go of the hold those stories have on them ... That's what Compassionate Inquiry is."

Dr. Gabor Maté



Safe and Sound Protocol von Prof. Dr. Stephen Porges

Unser autonomes Nervensystem ist zuständig für die Homöostase in unserem gesamten Körper-Geist System. Es gilt allgemein hin als nicht-steuerbar und völlig alleinstehend, eben autonom.

Wir Menschen haben biologisch festgelegt zwei Grundbedürfnisse: das Bedürfnis nach Bindung und das Bedürfnis nach Sicherheit.

Um mit sich und der Welt sicher verbunden zu sein, braucht es einen speziellen neuronalen Kreislauf in unserem autonomen Nervensystem: das sogenannte *social engagement system*. Hauptbestandteil ist der ventrale Vagus, gemeinsam mit 5 weiteren Hirnnerven.

Stephen Porges forschte über 40 Jahre und ein Ergebnis ist SSP, das Safe and Sound Protocol. Es trainiert auf nicht invasive Art unser *social engagement system*.

"Safety does not mean the absence of a threat. Safety means the availability of connection."
Prof. Dr. Stephen Porges

Kommen Sie vorbei!

03. Dezember 2022 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr, Neuhausen-Nymphenburg.

Gebühr auf Spendenbasis.

Bitte vorher anmelden: welcome@yoga-ausbildung-muenchen.com.

Ich freue mich auf Sie!

<https://sheyda-schreiber.de/coaching/compassionate-inquiry-in-deutsch-und-englisch-bei-sheyda-schreiber>

<https://sheyda-schreiber.de/coaching/safe-and-sound-protocol-deutschland/>