

Timeline - Biografiearbeit

Ressourcenarbeit mit den Methoden der Kunst-
und Kreativtherapie

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Die "Timeline" ist eine Methode aus dem NLP, die auf beeindruckende Art und Weise einen emotionalen Zugang zum vergangenen Leben, dem Erlebtem und zur Zukunft ermöglicht.

Das "Gehen auf der Zeitlinie" ist, als würde man ein energetisches Feld betreten, das

uns mit der Zeit und den jeweiligen Erlebnissen in Kontakt bringt (Bodenanker).

Es ermöglicht das Wiedererleben von belastenden, aber auch von ressourcenreichen, Situationen. Durch diese Methode ist es möglich, alte Verletzungen verstehen zu können und Ressourcen, also das, was wir unterstützend und fördernd benötigen, für eine positive Veränderung zu beleben.

Das Visualisieren einzelner Ereignisse oder Lebensabschnitte ist eine Vertiefung, um in Veränderungsprozesse einzusteigen. Das Arbeiten und Verändern am Bild zeigt durch die Bildsprache die Veränderungsmöglichkeiten und Kräfte auf, die bereits vorhanden sind oder neu etabliert werden können.

Die "Timelinearbeit" mit kunsttherapeutischen Methoden ermöglicht eine intensive Darstellung des Inneren im Außen. Ausgehend von einem individuellen Anliegen wird die belastende Wahrnehmung deutlich. Ein Perspektivenwechsel, daraus abgeleitete Resonanzen und die Prozessarbeit ermöglichen eine Neubewertung, verbunden mit einem veränderten, emotionalen Zugang. Eine Veränderung im Verhalten und das Auflösen von Blockaden können nun stattfinden.

Dieses Seminar richtet sich an alle Therapeuten/innen, die im psychologischen Kontext mit kunsttherapeutischen Tools arbeiten möchten.

Dozent/in Dipl.-Ing (FH), HP Psy Dagmar Waschat-Gräf: Jg 1966, Frau Waschat-Gräf ist HP Psy und arbeitet in eigener Beratungspraxis in Duisburg, als Coach und psycholog. Beraterin. Ausserdem hat sie in ihrem 1. Berufsleben ein Studium zum Dipl. Ing. FH/Fachrichtung Modedesign abgeschlossen und arbeitete ca. 20 Jahre in leitenden Positionen im Mode- u. Bekleidungsbusiness. An den deutschen Paracelsus Schulen ist sie mit großem Engagement als Dozentin tätig, mit den Themenschwerpunkten: Kunst-u. Kreativtherapie, Atemtherapie u. -entspannung sowie "The work".

Termine:

Fr. 16.01.2026

13:00-18:00 Uhr

Sa. 17.01.2026

09:00-18:00 Uhr

So. 18.01.2026

09:00-16:00 Uhr

Preis:

410,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Hüttenstr. 4
40215 Düsseldorf
Tel. 0211 - 137 37 41**

Seminarnummer:
SSH40160126

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

