



## Inneres Parlament

Vorgehensweise:

- 1) Stärkung der inneren Beobachter/In
- 2) Anteile, die (nicht) in Beziehung stehen zur Kooperation einladen

I.F.S.

# Internal Family System



## Vorgehensmodell:

- 1) Stärkung des inneren Selbst.
- 2) Würdigung u. Stärkung der Beschützer.
- 3) Versorgung u. Entlastung der verbannten Anteile.

Veranstaltung am 14.6.2012:

„Die Vielschichtigkeit von Problem-Lösungs-Beziehungen, Multiplizität und deren hypnosystemische Nutzung“  
Vortragender: Ing. Christian K. Mang, MBA (Vorstandsmitglied des Hypnosystemischen Forums Austria)

## Übungsvorschlag zu I.F.S

① Einführen / Installieren des „Selbst“  
(Beobachter/innen Position)

→ Achtsamkeit

② Thema / Seite aufbauen  
(Im Raum; in Bezug auf das „Selbst“)

③ Assoziationen dazu kommen lassen.  
„Was empfinde ich dieser Seite gegenüber“

→ Wofür tue ich es so, wie ich es tue?

