

Anthroposophie und das Innere Kind

In der Transaktionsanalyse unterscheiden wir drei Persönlichkeitsanteile in uns: Unser Eltern-Ich, unser Erwachsenen-Ich und unser Inneres Kind. Unser Inneres Kind umfasst unseren Gefühlsmenschen – es trägt in sich Anteile aus der Vergangenheit, es lebt in unserer Gegenwart, es kann schöpferisch unsere Zukunft zu uns einladen. Oft sind wir jedoch nicht frei in unserem Gefühlsmenschen, unser Inneres Kind ist besetzt von den verletzenden Erlebnissen unserer Vergangenheit und bleibt so gefangen in Emotionen wie Angst, Trotz, Zweifel, Wut, Vorwurf. Wir üben unser Inneres Kind zu erkennen und zu verstehen, anzunehmen und lieben zu lernen, zu verzeihen und loszulassen.