



AKADEMIE
FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Selbst Heissluftballon nach Christopher Rauen

Eine Metapher darüber, was den Menschen antreibt und fliegen lässt (Brenner) und welche Sandsäcke hilfreich und gut oder belastend und über Bord geworfen werden sollten.

Brenner:

Welche inneren Sätze und Überzeugungen halten Deinen Ballon am Fliegen?
Welche Stärken zeigen sich?
Welches sind Deine Leidenschaften?

Sandsäcke:

Was sind die Sandsäcke in Deinem Leben?
Welche «erden» Dich und sollen beibehalten werden?
Welche sind nur Ballast und sollten abgeworfen werden?



Diese Methode kann für alle Situationsanalysen genutzt werden.