



Veränderungen zulassen

15.02.2021 Pressemitteilungen GB Gleichstellungsbüro

In ihrer Sendung „Alles Ansichtssache!“ im Rundfunk Meißen geht die Gleichstellungsbeauftragte des Werra-Meißner-Kreises, Thekla Rotermund-Capar, am Donnerstag, den 18. Februar um 19.05 Uhr (Wiederholungen u. a. am 21.02. um 17.05 Uhr und am 04.03. um 19.05 Uhr) ins Gespräch mit der Diplom-Psychologin und Prozessmoderatorin Gesa Heiten vom Eschwege Institut in Neuerode.

Wie heilsam und energievoll es sein kann Veränderungen zuzulassen erläutert Gesa Heiten an den Stufen der Veränderung: Abneigung, Neugierde, Toleranz, Zulassen, starkes Gefühl und Freundschaft und u. a. an dem wundersamen Beispiel der Metamorphose von der Raupe zum Schmetterling. Während der Verpuppung der Raupe geschieht Unglaubliches, auch wenn wir es von außen nicht sehen können. Im Kokon - in dem die Verwandlung geschieht - verflüssigt sich die Raupe. Es entsteht eine lebendige „Raupensuppe“, aus der sich der erwachsene Schmetterling neu „zusammensetzt“. Die Raupe löst sich ganz auf, aber nur fast. Einige Mini-Gewebeteile - u. a. das Herz - bleiben intakt und bilden die Basis für den Schmetterling.

[Download](#)