

# Der Schlüssel zur inneren Kind Heilung

Alten Schmerz loslassen

**Melanie Pignitter**

Autorin und Selbstliebe-Mentorin



# Anzeichen, dass dein inneres Kind verletzt ist

Schmerzhafte Szenarien  
wiederholen sich immer wieder

Du fühlst dich nie ausreichend  
geliebt, auch nicht mit Partner

Du sehnst dich nach Liebe/  
Anerkennung und neigst zu gew.  
Verhaltensweisen,  
zB. es allen recht machen



Du denkst über dich selbst Dinge  
wie - ich bin nicht gut genug,  
niemand mag mich wirklich,  
ich bin nicht wichtig...

Deine Beziehungen sind von Leid,  
Konflikten u. Enttäuschung geprägt

Dich überkommen oft starke  
Gefühle, die dich verzweifeln lassen

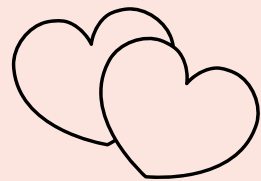
# Was kann ich tun?

## 3 Praxis-Schritte

1

### Kontakt aufnehmen

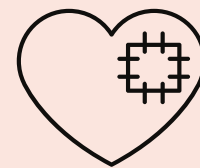
Lade dein inneres Kind bewusst ein, Kontakt mit dir aufzunehmen.



2

### Schmerz erkennen

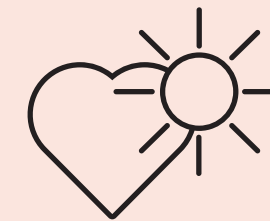
Erkenne, welchen Schmerz des inneren Kindes DU aufrecht erhaltest



3

### Verständnis & Liebe

Bring Verständnis und Liebe für dein inneres Kind auf



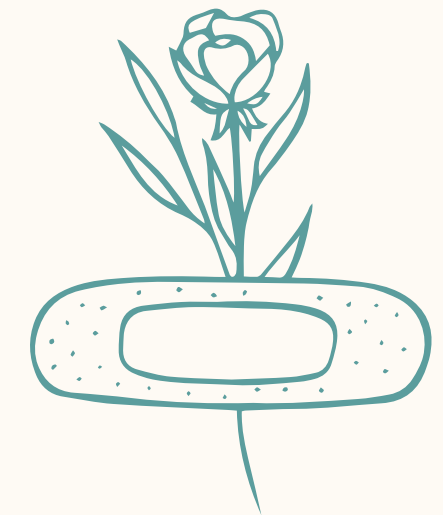


# EFT-innere-Kind-Mantra

Ich sehe dich mein Schatz

Ich höre dich!

Ich fühle dich.



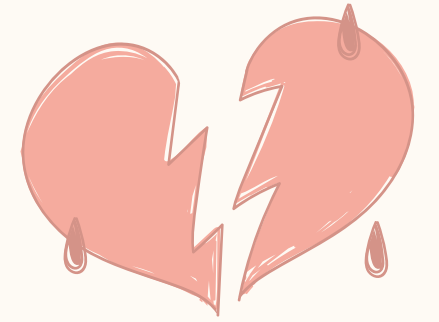
Ich bin für dich da – ich lass dich nicht mehr alleine.

Wir beide beenden jetzt das Wiederholen der Vergangenheit.

Meine Liebe heilt dich jetzt



# Erkenne, welchen Schmerz des inneren Kindes du aufrecht erhältst



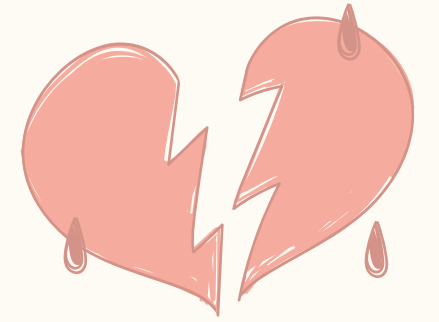
## Frag dein inneres Kind:

- Was hat dich damals verletzt od. geschmerzt?
- Wie wurdest du behandelt – durch welche Worte oder welches Verhalten entstand die Verletzung?

## Beispiele:

- Niemand hat mich beschützt oder verteidigt!
- Ich wurde nicht beachtet, ignoriert, allein gelassen!
- Nie war ich genug. Immer wurde ich kritisiert

# Erkenne, welchen Schmerz des inneren Kindes du aufrecht erhältst



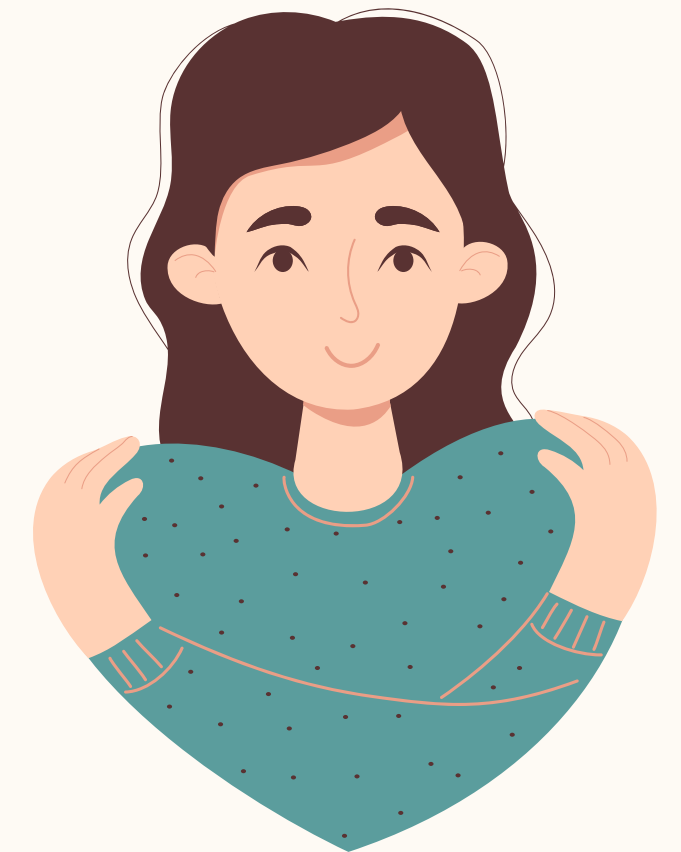
- **Niemand hat mich beschützt oder verteidigt!**
- **Ich wurde nicht beachtet, ignoriert, allein gelassen!**
- **Immer wurde ich kritisiert. Nie war ich genug**

- **Beschütze ich mich selbst heute? Setze ich Grenzen?**
- **Ignoriere ich mich selbst? Beachte ich meine Gefühle, Gedanken, Bedürfnisse nicht, oder zu wenig?**
- **Bin ich mir selbst genug? Kritisiere ich mich häufig?**

**Verändere dein Verhalten dir selbst gegenüber und behandle dich selbst so, wie du es dir damals als Kind von deinen Eltern gewünscht hast**

**Zusätzlich kannst du dich fragen:**

- **Was habe ich vermisst? Was hätte ich gebraucht?**
- **Und wie kann ich das heute in mein Leben integrieren und mir selbst schenken?**



# Heile dein inneres Kind

## Intensiv-Kurs

Optionen: nur für mich oder  
innerer-Kind-Mentor



Finde, heile und tröste dein  
inneres Kind mit meinem  
einzigartigen Kurs



**Start: 06.02.**



In 6 Wochen tiefe Wunden  
heilen und positive  
Veränderungen erfahren



# Das bekommst du



- ♥ mehr als 30 Innere-Kind-Tools für deine Heilung
- ♥ 3 Live-Mentorings mit mir
- ♥ Persönliche Begleitung
- ♥ Bewährte Selbstcoaching-Tools
- ♥ 16 abwechslungsreiche Lektionen mit Videos, Audios, Übungsanleitungen usw.



- ♥ 8 tiefenwirksame Meditationen & Innere-Kind-Reisen
- ♥ Sparringpartner-Gruppe (freiwillig)
- ♥ Zugang zur Telegram-Austauschgruppe mit wöchentlichen Impulsen (freiwillig)
- ♥ Wöchentliches Impulsvideo
- ♥ Und noch viel mehr....

# Ein Auszug der Lehrgangsinhalte

Die wahren inneren Kind  
**Verletzungen finden**, umsorgen  
und heilen

Suche und Auflösung von  
**Glaubenssätzen** des inneres Kindes,  
die dich blockieren

Aufbrechen von  
**Grenzen**, die dir als Kind  
auferlegt wurden



Die **Partnerschaft** als  
Spiegel der Beziehung zum  
inneren Kind

**Mutter- und Vaterwunde**  
erkennen und Schritt für  
Schritt heilen

Stärkung des inneren Kindes  
und Aufbau von **Selbstliebe**  
und **Selbstvertrauen**

# Dein Geschenk

**Code: Heilung50**

nur 72 Stunden gültig

## Heile dein inneres Kind

Ideal, wenn du diesen Kurs nur für dich machen und deine inneren Kind Wunden heilen willst, um endlich emotional frei von alten Lasten zu sein.



EUR 459,-

**EUR 409,-**

**Code: Heilung70**

nur 72 Stunden gültig

## Innerer-Kind-Mentor

Ideal, wenn du dich persönlich weiterentwickeln, dein inneres Kind heilen, Trainertools und ein Zertifikat zum Inneren-Kind-Mentor haben willst.



EUR 569,-

**EUR 499,-**