

Praxis für Psychotherapie Ludwig - Gerlach

Termine 2018



Gelassener im Alltag - Achtsamkeitskurs nach der MBSR-Methode

Da alle bisherigen Kurse ausgebucht waren und noch Teilnehmer auf der Warteliste stehen, findet der Kurs auch in 2018 wieder statt.

Der Kurs beinhaltet jeweils 8 Module:

1. Kurs: 07. Feb. – 28. März und 2. Kurs: 24. Okt. – 12. Dez.

Weitere Informationen über Hintergründe und Wirkungsweise dieser hilfreichen Methode gegen Stress und psychosomatische Beschwerden können gerne über [dieses PDF](#) heruntergeladen werden.



Auch zwei **Workshoptermine mit Pferden** haben wir wieder eingeplant.

Sie finden am 26. Mai und 25. Aug. in der Reitanlage Oberaula statt.

Wir starten in diesem Workshop in eine Untersuchung der eigenen Persönlichkeitsstruktur mit Hilfe des Co-Trainers Pferd.

Thema: **Wie komme ich rüber und wie wirke ich auf andere?**

Zur Teilnahme ist keine Pferdeerfahrung erforderlich.



Mein Ding finden und damit Glück, Erfüllung und Sinn in mein Leben bringen!

Der Workshop findet zweimal statt: 09.-10. 06. U. 27.-28. Okt. Kein Mensch gleicht einem anderen - jeder hat ganz unterschiedliche Fähigkeiten, Potentiale, Lebensträume und Bedürfnisse. Manchmal ist da so ein undefinierbares Gefühl: "Da muss doch noch mehr sein!" Um den Schlüssel zu einem erfüllten und glücklichen Leben zu finden, muss keiner sein bisheriges Leben radikal umzukrempeln. Mein Ding (Lebenswünsche, Potentiale, Fähigkeiten, Berufung) lässt sich meist gut darin integrieren. Die Bedingung ist jedoch, zunächst einmal herauszufinden: Was ist denn wirklich Mein Ding? Genau das tun wir in diesen Workshops und heißen alle, die auf sich selbst und die eigenen unentdeckten Potentiale neugierig sind, herzlich willkommen.



Der Tagesworkshop "Klären und Sortieren" findet in 2018 jeweils am: 17. März und 22. Sept statt.

Alle Interessierten, die ein Anliegen im Rahmen der Systemischen Aufstellungsarbeit/Familienaufstellen klären möchten, oder auch ohne eigene Aufstellung teilnehmen möchten, sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen zu allen Workshops und Terminen, wie immer gerne unter:

Mail: sl@ludwig-gerlach.de

oder per Telefon: 06621-9683961

Gerne kann man sich auch auf unserer Webseite dazu informieren, hier werden die Termine demnächst aktualisiert.