

DELFIN-BRIEF


J A N U A R 2 0 1 2

Delfinen ganz nah sein <i>mit ihnen schwimmen ... und tauchen am Roten Meer</i> 7. - 14. Mai	Heilsame Beziehungen <i>Fachfortbildung Gesprächs-Therapie in München</i> 28. - 29. Januar	Arbeitskreis <i>für Psychosomatik und Psychotherapie</i> in München, Mainz Kaiserslautern, Trier - bald im Raum Essen	Quellen der Kraft <i>Meditationen Bewusstes Atmen Bewegungen in die Leichtigkeit</i> Ab 31. Januar in Mainz
--	--	---	---

DELFINEN GANZ NAH SEIN

In der Nähe von Delfinen zu sein ist ein Erlebnis der besonderen Art ... für viele erfüllt sich ein Traum, den sie lange hegten. Und er kann er Wirklichkeit werden ... ganz einfach ... ganz natürlich - heilsam für Körper, Geist und Seele!

Direkt vom Strand aus sehen Sie Delfine in ihrer natürlichen Umgebung im Roten Meer ... wie sie springen, miteinander spielen und sich ihres Lebens freuen....



Sie können ihnen jederzeit ganz nah sein. Denn sie lieben es, zu uns zu schwimmen uns neugierig mit ihren großen Augen anzuschauen und

auch mit uns zu „scherzen“ ...

Beim Schnorcheln oder Tauchen können Sie sie auch unter Wasser sehen, hören und ihnen noch näher kommen ... wenn sie dazu bereit sind und uns „einladen“. Denn im „Dolphin Reef“ in Eilat werden die Delfine zu nichts angehalten. Sie haben immer die Freiheit, das zu tun ... oder zu lassen, was sie selbst wollen!

Quellen der Kraft Meditationen, Atmen Bewegungen in die Leichtigkeit

4 Dienstag-Abende - 19.30 - 21.30 Uhr

Sie dürfen sich freuen auf:

- Bewusstes Atmen und Entspannung mit einfühlsamer Musik
- Stille und geführte Meditationen
 - Beruhigende Körper- und Wahrnehmungsübungen
- Sanfte und fließende Bewegungen in die Leichtigkeit

Die ausgewählten meditativen Bewegungen aktivieren die in uns ruhenden „Quellen der Kraft“ und führen zu einer Leichtigkeit, die auch im täglichen Leben spürbar wird.

Sie unterstützen die Linderung körperlicher Beschwerden, stärken Hormon- und Immunsystem und helfen, innere Verspannungen und auch emotionale Blockaden zu lösen.

Alle sind willkommen!

Die Bewegungen sind sehr sanft und fließend. Sie werden ohne Leistungsdruck oder Vergleich mit anderen ausgeführt. Deshalb ist das Seminar für Menschen aller Altersstufen geeignet.

Praktische Gesprächs-Therapie: Heilsame Beziehungen

Psychosomatik, Hintergrundwissen für die Therapie und praktische Übungen

Praktischer Umgang mit Problemen in der Partnerschaft: Co-Abhängigkeiten, Abgrenzung, Sexualität, Trennungen, Emotionen, Süchte u. a.

Themen u. a.

- Was ist eine „gesunde“ Beziehung?! Welche Prägungen hindern, eine glückliche Beziehung zu leben?
- Die Bedeutung von Traum - und „Seelen-Partner“
- Erkennen von klassischen Konflikten, Dynamiken und Kollusions-Mustern in Partnerschaften
- Das Besondere an der Gesprächs-Führung zum Thema Partnerschaft: Achtsame, einfühlsame, echte und konfrontative Begleitung

Persönliche Einzelgespräche:

Am 26. u. 27. Januar besteht in München-Pasing die Möglichkeit für Gespräche zu persönlichen Themen (Beziehungsprobleme, Konflikte in der Familie und andere Lebensthemen) oder auch zur beruflichen Supervision.

Arbeitskreis für Psychosomatik und Psychotherapie

- Anregungen und Hilfen für die Gesprächs-führung und Beratung Ihrer Patienten bekommen
- Psychosomatisches und therapeutisches Wissen an Beispielen aus der Praxis erweitern
- Empathie und Ihr Einfühlungsvermögen schulen

Themen und Inhalte:

Sie können „Fall-Beispiele“ von Patient/innen aus Ihrer Praxis vorstellen, in denen Sie Unterstützung wünschen. Es werden dann die möglichen **psychosomatischen Hintergründe** erforscht und Möglichkeiten erarbeitet, wie diese dem Patienten einfühlsam vermittelt werden können.

Sie können auch Fall-Geschichten vorstellen, in denen Sie ausschließlich **psychotherapeutisch** arbeiten. Hier erhalten Sie wertvolle Hilfe zum Verständnis und natürlich Anregungen für Ihre weitere Psychotherapie.

Im Sinne einer Fachfortbildung werden auch **allgemeine Themen** erarbeitet aus der **Psychosomatik** z. B. Übergewicht, Migräne, Schmerzen - und **Psychotherapie** – wie Diagnose-Kriterien und Therapie bei Depressionen, Ängsten, Sucht, Burn-out u. a.

Ausführliche Informationen: www.gehner-seminare.de

Senden Sie einfach eine Mail: info@gehner-seminare.de oder Sie rufen an: 06139 - 29 37 97

Termine für den AK:	Kaiserslautern:	29. Februar
	Budenheim / Mainz:	7. März, 2. Mai, 20. Juni
	München:	25. Januar, 14. März, 23. Mai, 4. Juli
	Trier:	8. Februar, 21. März, 13. Juni
	Raum Bochum / Essen:	In Vorbereitung

Wenn Sie interessiert sind, teilen Sie es uns bitte mit.