

ILP - Integrierte Lösungsorientierte Psychologie®

ILP-Fachschule Heidelberg

Themenworkshop mit Infoveranstaltung

Selbstfürsorge, Achtsamkeit und Resilienz in Krisenzeiten

Samstag den 30.01.2021 von 9:30 Uhr bis 13:30 Uhr

Termindruck, Meetings, Zeitdruck, die zunehmende Komplexität des beruflichen Alltags bietet uns ständige Veränderung, stellt uns vor große Herausforderungen. Fürsorglich mit anderen umgehen fällt uns leicht, schnell wird das Wohl der Anderen, der Kinder, der Familie über das eigene Wohl gestellt. Und nun treten auch noch massive Veränderungen des Alltags in unser Leben, es gibt kaum Spielraum achtsam mit sich selbst umzugehen.

Erkenne deine eigenen, inneren Bedürfnisse und lerne achtsam damit umzugehen. Die Konzentration auf den Moment, das Verbleiben im Hier und Jetzt. Der Workshop gibt einen Einblick in den Bereich der Menschenkenntnis und Persönlichkeitstypologie nach Dr. D. Friedmann. Es wird der Blick auf frühe Erfahrungen und Muster gelenkt und gibt den Teilnehmern/-innen die Möglichkeit zu erkennen, wie uns einschränkende Verhaltensweisen schaden können.

Der Workshop mit Einführung in Theorie und Praxis weckt Interesse an sich selbst, deckt Fallverhalten auf und lässt Ressourcen persönlichkeitsstypisch erkennen.

Zweistündiger Workshop mit anschließender Infoveranstaltung zur ILP Coachingausbildung, Beginn Modul 1 am 06.03.21.

**« Beginne heute damit, der zu sein,
der du morgen sein willst »**

ILP HD « Mitten im Leben »

Anmeldung unter (Gabriele.Buehler@ILP-Kurztherapie.com) bis einschließlich 27.01.21

**Veranstaltungsort: AGAPLESION AKADEMIE (Bethanien
Krankenhaus im 3. Obergeschoss)
Rohrbacher Straße 149 69126 Heidelberg**

Kursleiter: Gabriele und Hansjörg Bühler,
ILP-Schule Heidelberg, www.ILP-Fachschule-Heidelberg.de

Gabriele Bühler
Ausbildungsleitung der
ILP-Fachschule in Heidelberg
und der fachspezifischen
Weiterbildung –
ILP-Arbeit mit Kindern und
Jugendlichen



Veranstaltungsort:
AGAPLESION AKADEMIE
Rohrbacher Straße 149
69126 Heidelberg

Postanschrift:
ILP-Praxis
Am mittleren Weg 12
D-79588 Efringen-Kirchen
Fest 0 76 28 - 94 27 68
Fax 0 76 28 - 94 27 69
Mail : Gabriele.Buehler@ILP-Kurztherapie.com
www.ILP-Fachschule-Heidelberg.de
www.ILP-Kurztherapie.com