

Termine

10./11.05.2025
14./15.06.2025
23./24.08.2025
06./07.09.2025
01./02.11.2025
29./30.11.2025

Samstag 10.00 – 18.00 Uhr
Sonntag 10.00 – 17.00 Uhr
6 Wochenenden

Veranstaltungsort:

Hofheim am Taunus (genaue Adresse wird noch bekanntgegeben)

Anmeldung schriftlich:

Bitte per Post oder E-Mail mit beiliegendem Anmeldebogen an:

Angela Krieglsteiner, Naturheilpraxis
Wilhelmstraße 9
65719 Hofheim
a.krieglsteiner@web.de

Esther Mundhenke, Heilpraktikerin
Cimbernstraße 12a
65719 Hofheim
esther.mundhenke@gmx.de

Telefonische Info:

Angela Krieglsteiner (Tel. 06192-22562)
Esther Mundhenke (Tel. 06192-921313)

Kursleitung:

Angela Krieglsteiner

Heilpraktikerin, Dipl. Sozialpädagogin
Ausbildung in Focusing, Kinesiologie,
Humanistische Psychotherapie,
Traumatherapie (NARM, EMDR,
Somatic Experiencing)

Esther Mundhenke

Heilpraktikerin
Humanistische Psychotherapie,
Fortbildungen in Kinesiologie, Focusing,
Gestaltarbeit, EMDR, Traumatherapie
für Kinder und Jugendliche



Jahresgruppe für persönliche Weiterentwicklung 2025

Beginn am 10. Mai 2025

*Ich bin diesen Weg gegangen, ich bin jenen Weg
gegangen, dann bin ich meinen Weg gegangen..*

Chinesische Weisheit



**Kontakt zum eigenen
Inneren finden
Persönliche Potenziale erkennen
Den eigenen Weg gehen**

Schwerpunktt Themen

- Entwicklung der eigenen **Persönlichkeit** und des eigenen **Potentials**
- Stärkung der Fähigkeit zur **Selbstregulierung** bei Stress- und Traumafolgen
- die Verbindung mit dem eigenen **Körper** stabilisieren
- die eigenen **Grenzen** wahrnehmen und nach außen vertreten
- **Überlebensstrategien** der frühen Kindheit erkennen und lösen, wenn diese nicht mehr hilfreich sind
- dem **Inneren Kind** einen guten Platz geben
- Erlernen **ressourcenorientierter Techniken** zum Umgang mit bisher nicht bewältigten Erfahrungen
- **Verstehen** und **Annehmen** des eigenen, persönlichen Lebensweges
- Mit der **eigenen Lebenskraft** in Kontakt kommen

Dieses Seminarangebot richtet sich an Menschen, die sich persönlich weiterentwickeln möchten.

Der sichere Rahmen durch die **feste Gruppe** und die Kontinuität der Arbeit bieten eine gute Basis dafür, sich mit persönlichen Themen zu beschäftigen und in einen inneren Prozess zu kommen, der die **Auflösung von Blockaden** und den **Kontakt zur eigenen Lebensenergie** ermöglicht.

Das in der Gruppe entstehende **Vertrauen**, die **gegenseitige Unterstützung** und das Teilhaben an den Themen der anderen ermöglichen **neue Sichtweisen** auf das eigene Erleben, so dass **neue Schritte** gegangen werden können.

Neben einem Rahmenprogramm aus Übungen (u.a. Wahrnehmungsübungen, Imaginationen, Körperarbeit) und kleinen Theorieeinheiten passen wir die Schwerpunkte der einzelnen Wochenenden an die aktuell sich zeigenden Themen der TeilnehmerInnen an.

Zur Bearbeitung dieser Themen gibt es die Möglichkeit von Familienaufstellung und Einzelarbeit.

In der Einzelarbeit setzen wir folgende Methoden ein:

Somatic Experiencing und NARM (Traumabearbeitung)
EMDR (bilaterale Stimulationstechnik)
Focusing
Gesprächstherapie
Gestalttherapie
Körperpsychotherapie



**Anmeldeinformationen für die
Jahresgruppe für persönliche
Weiterentwicklung 2024**

Termine
10./11.05.2025
14./15.06.2025
23./24.08.2025
06./07.09.2025
01./02.11.2025
29./30.11.2025

Samstag 10.00 - 18.00 Uhr
Sonntag 10.00 - 17.00 Uhr
6 Wochenenden

Anmeldung:

Die Anmeldung ist ausschließlich in schriftlicher Form per Post oder Email (mit eingescannter Unterschrift) möglich.

Kosten und Zahlungsmodalitäten:

Kosten insgesamt: 1680,00 €
Zahlbar jeweils zum Seminar 280,00 € pro Wochenende, in bar oder per Überweisung vor dem jeweiligen Seminar.
Bei Einmalzahlung bis zum Seminarbeginn gilt der Sonderpreis von 1620,00 €.
Ermäßigung ist in einzelnen Fällen nach Vorabsprache möglich.

Um einen sicheren Rahmen und eine stabile Gruppensituation zu gewährleisten, kann eine Anmeldung nur für die gesamte Jahresgruppe erfolgen. Für Menschen, die unsere Arbeit noch nicht kennen, ist es möglich das **erste Wochenende zum Kennenlernen** zu buchen und sich anschließend verbindlich zu entscheiden.
Bei Stornierung bis zu vier Wochen vor Seminarbeginn erheben wir lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 30,00€. Danach ist die gesamte Seminargebühr zu entrichten, sofern kein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt wird.
Eine Kündigung im Laufe des Jahres aus unvorhergesehenen wichtigen Gründen ist möglich mit einer Kündigungsfrist von zwei Monaten.

Weitere Hinweise:

Schweigepflicht

Alles, was in der Gruppe geschieht, findet in einem geschützten Raum statt. Die Teilnehmer/innen verpflichten sich, über die Äußerungen und Beiträge anderer KursteilnehmerInnen absolutes Stillschweigen zu bewahren.

Verantwortlichkeit:

Jede/r Teilnehmer/in nimmt in eigener Verantwortung an der Jahresgruppe teil.
Die Arbeit in der Jahresgruppe ersetzt keine individuelle Psychotherapie.

Anmeldung

Name: _____

Adresse: _____

Telefonnummer und Email:

Ihre Daten werden ausschließlich für Angelegenheiten in Bezug auf die Jahresgruppe verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

**Hiermit melde ich mich
verbindlich an für**

- **oben angeführte
Jahresgruppe
(6 Wochenenden)**
- **für das
Einführungswochenende
(10./11.05.2025)**

Mit den angegebenen Bedingungen bin ich einverstanden.

Datum:

Unterschrift:
