

Resilienz

Das Immunsystem unserer Seele

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Resilienz ist die Widerstandskraft und innere Stärke, die ein Mensch besitzt. Wieso nehmen manche Menschen die Hürden im Leben mit Leichtigkeit, während andere daran zerbrechen? Resiliente Menschen scheinen nichts aus der Bahn zu werfen. Im Gegenteil – durch Krisen gehen widerstandsfähige Menschen sogar gestärkt hervor.

- Was steckt hinter dieser Unerschütterlichkeit?

- Ein besonderes Gen?
- Eine seltene Charaktereigenschaft?

Und kann man Resilienz eigentlich lernen?

Dieses Einstiegsseminar aus dem Themenkreis der Persönlichkeitspsychologie kombiniert Inhalte zur Resilienz, Selbstreflektion, Achtsamkeit und Charaktereigenschaften.

Seminarinhalte:

- Die Schlüssel zur mentalen Stärke
- Die Fähigkeiten zur Stärkung der Widerstandskraft
- Stärken und Schwächen Analyse
- Krise als Chance
- Entspannungsübungen zur Achtsamkeit

Es besteht die Möglichkeit die Kenntnisse zum Thema im Aufbau-seminar zu vertiefen.

Dozent/in Bernd Schumacher: Jg. 1963, verheiratet, keine Kinder. Herr Schumacher begann seine berufliche Laufbahn im Finanzwesen mit vertrieblichen und innerbetrieblichen Aufgaben. Zu den Kernkompetenzen von Herrn Schumacher gehörten u.a. die Planung und Durchführung von Seminaren und Mitarbeiterschulungen. Soziale Kompetenz erwarb er beispielhaft durch Mitarbeiterverantwortung nebst deren Coaching. Im Alter von 50 Jahren legt Herr Schumacher seinen beruflichen Fokus auf das Coaching. Er engagierte sich in der Seniorenbetreuung und startete ein Intensivstudium zum psychologischen Berater bei der Paracelsus Heilpraktiker Schule in Passau welches er im Mai 2018 erfolgreich abgeschlossen hat. Seit 2018 ist er als Dozent für die Paracelsus Heilpraktiker Schule in Passau tätig.

Termine:
Sa. 26.09.2020
10:00-17:00 Uhr

Preis:
120,- Euro *

Seminarort:
Paracelsus Schule
Bahnhofstr. 17
94032 Passau
Tel. 0851 - 7 39 61

Seminarnummer:
SSB83260920

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

