

Alte Muster und Glaubenssätze lösen

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



In diesem Seminar geht es um Gedankenmuster/Glaubenssätze - nicht im religiösen Sinn - sondern um Überzeugungen, die wir Menschen von uns und von der Welt haben. In diesem Sinn sind Glaubenssätze wichtige Leitlinien in unserem Leben, die für Stabilität, Sicherheit und Ordnung sorgen. Es gibt jedoch Glaubenssätze, die uns möglicherweise an der Erreichung unserer Ziele hindern oder uns bis zur Erschöpfung antreiben.

Dann ist es Zeit, diese zu erkennen und zu verändern.

Seminarinhalt:

- Glaubenssätze - Definition
- Eigene Glaubenssätze
- Funktionalität von Glaubenssätzen
- Methoden und Interventionstechniken zur Veränderung von Gedankenmustern/Glaubenssätzen aus der systemischen Therapie, der Hypnotherapie, der Gestalttherapie und der kognitiven Verhaltenstherapie

Dieses Seminar wird in Form eines Workshops abgehalten; die Teilnehmer/innen werden also auch eigene Glaubenssätze bearbeiten können.

Die Bereitschaft zur Selbsterfahrung wird dafür vorausgesetzt.

Es richtet sich an Personen, die beratend oder therapeutisch tätig sind.

Dozent/in Corinna Bergemann: Jahrgang 1997, verheiratet. Corinna Bergemann ist Heilpraktikerin für Psychotherapie mit einem umfassenden Hintergrund in Gesundheits- und Therapieberufen. Nach einer Ausbildung zur Ganzheitlichen Ernährungsberaterin sammelte sie wertvolle Praxiserfahrung im Bereich der Ergotherapie und vertiefte ihr Wissen in psychotherapeutischen Methoden. Ihre Schwerpunkte liegen in der Lösungsfokussierten Kurzzeittherapie nach Steve de Shazer sowie in der Klientenzentrierten Gesprächsführung nach Rogers und der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg.

Termine:

Sa. 31.01.2026
10:00-18:00 Uhr

Preis:

160,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Oberbürgermeister-
Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821 - 349 95 56**

Seminarnummer:

SSB89310126

Anmeldemöglichkeiten:

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

