

offener Workshop:

ACHTSAMKEIT

ALS VORAUSSETZUNG VON BERATUNG

im Waldhaus am Laacher See
21.-23. September 2020

Termin: Montag, 21.9. (12:00 Uhr), bis Mittwoch, 23.9. (14.00 Uhr) (30 UE)

Beschreibung:

Dies ist ein praxisorientierter Workshop zur Erfahrung und Anwendung von Methoden der Achtsamkeit, Internal Awareness und der Meditation.

Struktur:

- Vorstellung und Einübung von Methoden bzw. Gebieten der Achtsamkeit
- Strukturierte Reflexion über die Erfahrungen mit der Übung
- Individuelle Beratungen (vor der Gruppe durch die Dozenten sowie in Kleingruppen)
- Vertiefung der Erfahrung und Erarbeiten individueller Strategien.

Dozenten:

Dr. Paul Köppler und Dr. Dirk Rohr (siehe <https://www.koelner-institut.de/team/>)

Kosten: Kursgebühr regulär 130€, DGSF-Mitglieder 110€, Weiterbildungsteilnehmer*innen des koelner-institut.de kostenfrei;

Für Unterbringung und Vollpensions-Verpflegung entstehen Kosten ab 35 Euro/Tag, d.h. für den gesamten Workshop: im Schlafraum 70€, 3-4 Bettzimmer ab 76€, Doppelzimmer ab 92€, Einzelzimmer ab 110€; Infos über das Waldhaus: <https://buddhismus-im-westen.de>

Anmeldung für Weiterbildungsteilnehmer*innen bitte direkt über:

<https://buddhismus-im-westen.de/anmeldung/>

Anmeldung für Externe bitte über: info@koelner-institut.de