



Wochenendseminar

„Selbstmitgefühl: achtsame Wahrnehmung und Wertschätzung!“

16. – 18. Juli 2021 in Staudernheim

Euch erwartet ein inspirierendes, wohltuendes und erholsames verlängertes Wochenende zu einem Thema, das uns alle angeht. Wenn wir nicht gut drauf sind, uns Fehler passieren oder wir mit unseren eigenen Schwächen konfrontiert werden, gehen wir oft alles andere als freundlich und liebevoll mit uns um. Warum fällt es uns manchmal so schwer, fürsorglich und mitfühlend uns selbst gegenüber zu sein? Es geht um die Frage, wie wir unser Selbstmitgefühl kultivieren können. Denn Selbstmitgefühl ist die beste Medizin gegen Unzufriedenheit, emotionale Verhärtungen und den Zwang zur Selbstoptimierung. Dabei schließt Selbstempathie immer auch einen empathischen Umgang mit anderen Menschen ein. Biblische Impulse und therapeutische Einsichten werden in unseren Alltag hineinwirken.

Zum Programm gehören ein Ausflug, gemütliche Plaudereien und herzliche Begegnungen. Selbstverständlich werden wir die Corona-Regeln einhalten und bei schönem Wetter die freizügige Außenanlage nutzen.

Leitung: Matthias Hipler betreibt eine Praxis für Psychotherapie, Paartherapie & Coaching in Hanau (www.psychotherapie-hipler.de), ist Autor zahlreicher Bücher zu Lebensfragen und war viele Jahre Gemeindepastor.

Termin: 16. – 18. Juli 2021

Zeit: Beginn Freitag 16.07.21 mit einem Abendessen um 18:00 Uhr

Ende: Sonntag 18.07.21 um 14:30 Uhr

Kosten für die Unterbringung: Vollpension Doppelzimmer mit Dusche / WC 94,00 €

Vollpension Einzelzimmer mit Dusche / WC 106,00 €

Seminargebühr: zuzüglich 120,00 € pro Person

Anmeldung: Rosenschlösschen & Tanneneck, Bergstr.15-19, 55568 Staudernheim,
E-Mail: rosenschloesschen@web.de, Tel. (06751) 26 55