

SCHLOSS SCHWANBERG

Im Schloss Schwanberg wird die Jahrhunderte alte Geschichte spür- und erlebbar. Umgeben von Wald und Weinbergen haben das Schloss und der angrenzende Schlosspark eine idyllische Lage, die Ruhe und Erholung versprechen. Hier verbinden sich historischer Charme mit modern ausgestatteten Zimmern, Natur mit fürstlichem Ambiente, Professionalität mit Fragen nach dem tieferen Sinn. Tauchen Sie ein in eine Atmosphäre der Stille, der Besinnung und des Rückzugs.

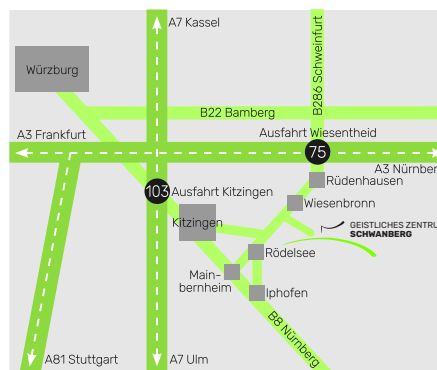


Titelbild: Herbert Liszt

SO ERREICHEN SIE UNS

Mit der **Bahn** erreichen Sie uns über die Bahnhöfe Iphofen oder Kitzingen. Wir haben mit drei Taxiunternehmen eine Preisvereinbarung. Weitere Hinweise finden Sie auf unserer Homepage.

Wenn Sie mit dem **Auto** anreisen, verlassen Sie die Autobahn A3 Nürnberg-Würzburg an der Ausfahrt Wiesentheid und gelangen über Rüdenhausen, Wiesenbronn zum Schwanberg; oder sie verlassen die A7 Ulm-Kassel an der Ausfahrt Kitzingen und fahren auf der B8 durch Kitzingen und biegen dann im Kreisverkehr die zweite Ausfahrt rechts ab Richtung Rödelsee.



KONTAKT & ANMELDUNG

Geistliches Zentrum Schwanberg
- Rezeption -
Schwanberg 3, 97348 Rödelsee

Telefon 09323 32-128
Telefax 09323 32-116
E-Mail rezeption@schwanberg.de

www.geistliches-zentrum-schwanberg.de



Fortbildung zur/zum Resilienz-
und Achtsamkeitstrainer/in
2021-2023

> **FORTBILDUNG ZUR/ZUM RESILIENZ- UND ACHTSAMKEITSTRAINER/IN**

Tiefe Selbstannahme ist eine wesentliche Kraftquelle, um mit Hindernissen im Alltag und Beruf konstruktiv umgehen zu können. Diese Selbstannahme gründet sich in Gottes bedingungslosem Ja zu einem jeden von uns.

Ein besonderer Schwerpunkt dieser Fortbildung liegt, neben der fachlichen und methodischen Kompetenz, auf dem Aspekt einer achtsamen, sinn- und wertorientierten Haltung als Merkmal professioneller Resilienz- und Achtsamkeitstrainerinnen und -trainer.

Resilienz wird auch als eine Form von Spiritualität bezeichnet, daher ist es wichtig, dass Resilienztrainerinnen und -trainer sich ihrer eigenen Weltanschauung bewusst sind, um ihren Klienten einen offenen Raum zur Reflexion bieten zu können.

Körperwahrnehmungsübungen, sowie Achtsamkeitsübungen in der Stille, sowohl in Ruhe wie in Bewegung, sind integrierter Teil jeder Kurseinheit (Sitzen in der Stille, Gehmeditationen, Qi Gong- Übungen, teilweise Essen im Schweigen, Rituale, Teilnahme an den Gebetszeiten).

„Der Ball springt nicht nur ab, vielmehr springt er auch mit neuem Ziel und neuer Kraft wohin.“

KURSEINHEITEN

- A) 08. – 10.12.2021** (Mittwoch bis Freitag)
Mit sich selbst befreundet sein:
Selbstannahme
 Grundlagen: Was meint Resilienz?
 Geschichte und Forschung
 Biographiearbeit: Kraftquellen im eigenen Leben entdecken
 Ich – Selbst: Geborgen in Gottes Hand
- B) 09. – 11.03.2022** (Mittwoch bis Freitag)
Wir gestalten Lösungen
 Einführung in lösungsorientierte Gesprächsführung und systemische Interventionen im Einzelsetting mit dem Systembrett und mit Bodenankern
 konstruktiver Umgang mit heftigen Gefühlen
- C) 11. – 13.05.2022** (Mittwoch bis Freitag)
Wir übernehmen Verantwortung
 Resilienz in der Familie: Erkennen und ressourcenorientiertes Bearbeiten von generationenübergreifenden Verstrickungen
 Trauma und Resilienz: Verantwortung für sich selbst übernehmen
- D) 28.09. – 30.09.2022** (Mittwoch bis Freitag)
Beziehungen, die uns gut tun
 Beziehung zu mir (Integration innerer Anteile) und zu meiner Körperlichkeit
 Beziehung zum Du
 Geborgen in Gott: Übungen und Reflexion von Gottesbildern, Weltanschauungen, etc.
- E) 18. – 20.01.2023** (Mittwoch bis Freitag)
Scheitern gibt dem Leben Tiefe
 Konstruktiver Umgang mit Scham, Schuld und Angst
 Resilienz und Leistung: Grenzen setzen und für sich selbst aufkommen
 Fehler machen und Scheitern als Ressourcen

„Unsere Fähigkeit zur inneren Gestaltungs-, Widerstands- und Veränderungskraft umfasst Körper, Geist und Sinn, sowie Herz und Seele.“

ZIELGRUPPE

Berater, Coaches, Supervisoren, Seelsorger in unterschiedlichen Funktionen, Therapeutinnen, Pädagogen und alle am Thema Interessierte.

Leitung	Dr. Isolde Macho Wagner (Theologin, Mediatorin, dialog.-systemische Beraterin & Aufstellerin, Resilienz- & Achtsamkeitstrainerin, Traumaberaterin (PITT))
Kursgebühr gesamt	1.700 €
Kursgebühr bei Anmeldung bis zum 30.06.2021	1.500 €
Es ist auch möglich, sich zunächst für die 1. Kurseinheit anzumelden (Kursgebühr 170 €) und danach über die Teilnahme an der Fortbildung zu entscheiden (restliche Kursgebühr 1530 €).	
Unterkunft und Verpflegung im Schloss pro Kurseinheit	167 €
Zuschüsse durch Evang. Landeskirche (wenn Arbeitgeberin) oder Kirchengemeinden möglich.	
Weitere Informationen zu Kurs und Leitung: www.Meditation-Mediation.de	

ANMELDUNG (Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!)

FORTBILDUNG ZUR/ZUM RESILIENZ- UND ACHTSAMKEITSTRAINER/IN - (KURS 20-404)

Name:

Vorname:

Straße, Nr.:

PLZ, Ort:

Telefon/Fax:

E-Mail:

Geburtsdag:

Beruf:

Persönliche Angaben/Wünsche:

Hiermit akzeptiere ich die aktuell geltenden **Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen**.

Zudem erkläre ich hiermit die nach §11 EKD-Datenschutzgesetz erforderliche Einwilligung zur **Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten** durch das Geistliche Zentrum Schwanberg ausschließlich für die Organisation und Durchführung der Veranstaltungen und für eigene Veranstaltungshinweise. Ich kann diese Einwilligung jederzeit widerrufen.

.....
 Datum und Unterschrift

Ich bin auch in Zukunft daran interessiert, Informationen (per Mail bzw. Post) zu Kursen und Angeboten des Schwanbergs zu erhalten.

@ Anmeldung online:
 Melden Sie sich bequem an mit dem Anmeldeformular auf unserer Homepage: programm.schwanberg.de