



Bevor wir große äußere Veränderungen angehen [Berufswechsel, Übersiedelung, Scheidung...] sollten wir überlegen, ob nicht vielmehr innere Veränderungen nötig sind, damit wir nicht nach einiger Zeit wieder an der selben Stelle stehen.

Und wenn wir mit dramatischen Einschnitten konfrontiert sind [Verlust von Arbeit, Verlassen-Werden, schwere Krankheit, Todesfall...] gilt es anzuschauen, welche inneren Veränderungsprozesse zur Heilung „Notwendig“ werden.



Fotos, Text und Layout: TELOS



Das Seminar, das seit 1996 vielen hundert Menschen konkret geholfen hat.
Start der nächsten Gruppe:
Samstag, 18. April 2020

Gratis-Infos:

TELOS - Bozen, Brennerstraße 43
Tel. 0471 3015 77
www.telos-training.com
info@telos-training.com
facebook: telos.bozen



VERÄNDERUNG 2020

25. Jahrgang!

Jahresgruppe für Neuorientierung und innere Stärke: Vergangenes los lassen - Krisen bewältigen - Lebensfreude wiederfinden!



Steine und Wege

Bremsklötze: Viele Menschen kommen in Situationen, wo sie sich Veränderungen vornehmen. Leider klappt das nur selten. Denn die alten Gewohnheiten, die üblichen Rollen, die Erwartungen der Umwelt sind so mächtig, dass die eigenen Wünsche und Vorsätze all zu oft auf der Strecke bleiben. Wollen wir weiterhin so tun, als ob alles in Ordnung wäre, innere Unzufriedenheit durch äußerliche Aktionen kompensieren: mehr Arbeit, ein größeres Auto, noch mehr Aktivitäten...?

Einschnitte: Wenn Menschen vielleicht gerade in einer Krise stecken, mag Wunsch wie Notwendigkeit nach Veränderung sogar dramatisch in den Vordergrund rücken – doch zum Handeln fehlt die Kraft. Oder die Verzweiflung legt sich lähmend über alle Bemühungen. Und wie oft kommt es dann zur Resignation: "Ich schaffe das doch nicht ...!"

Lösungswege: Im geschützten Rahmen außerhalb des Alltags die eigene Situation überdenken, Auswege entdecken, Kraft für die Umsetzung finden. Im Kreise Gleichgesinnter Ängste loslassen, Selbstsicherheit ausbauen, verdrängte Ereignisse oder Gefühle aufarbeiten und unerwünschte Schlüsselerelebnisse endlich loslassen. Die Jahresgruppe "Veränderung" arbeitet kontinuierlich seit 1996 mit jährlich wechselnden Teilnehmenden: Sie haben die Sicherheit einer wirksamen und ausgereiften Methode und nutzen ein vielhundertfach bewährtes therapeutisches Konzept, das schon so vielen Menschen konkret geholfen hat. Die regelmäßigen Treffen und die achtsame, professionelle Leitung machen so Veränderung tatsächlich erreichbar!

Seminarleitung



Dr. Elmar Teutsch.
Psychologe und Psychotherapeut. Experimentelle Psychologie (Kohler, A), Gesprächstherapie (Tausch, Hamburg), Integrat. Gestalt-Körper-Therapie (L. Johnson, Houston), Traumatherapie + EMDR (F. Shapiro, New York), TZI, TA und Erlebnispädagogik (A, CH, D). Zahlreiche Publikationen in Büchern, Fachzeitschriften, Radio, TV + Web. Seminarleiter für den World Council for Psychotherapy.

Je nach Bedarf können auch weitere Referenten eingesetzt werden.

Institutsleitung



Mag. Madalena Gasser.
Zertifizierte Konfliktberaterin und Coach vom Europäischen Institut Conflict-Culture-Cooperation. Mitglied im internationalen Verband Konfliktberatung ATCC. Abgeschlossenes Romanistik- und Wirtschaftsstudium. Zusatzausbildung in hypnosystemischer Intervention bei R. Bartl (A). Coaching, Beratung und Symbolarbeit für Einzelpersonen und Gruppen. Leiterin einer eigenen Theatertruppe. Buchautorin.

Die Jahresgruppe "Veränderung"

Die Teilnehmer: Frauen und Männer, die vor inneren Entscheidungen stehen und ihr Leben überdenken wollen. Menschen, die mit dramatischen Einschnitten in ihrem Leben konfrontiert sind. Alle, die in ihrem Leben an einem Punkt angelangt sind, wo sie sich sagen, dass sie jetzt wirklich etwas verändern wollen oder müssen!

Gedanken, Fragen und Ziele, die uns begleiten:

- Krisen bewältigen und Lebensfragen klären!
- Orientierung und Lösungswege für aktuelle Situationen!
- Verstrickungen und negative Verhaltensmuster los lassen!
- Verdrängte Ereignisse und alte Geschichten auflösen!
- Trauer, Schmerz und alte Verletzungen neu sehen lernen!
- Ängste überwinden und Selbstsicherheit aufbauen!
- Endlich Abgrenzen und NEIN-sagen lernen!
- Eigene Beziehung(en) positiv gestalten!
- Glück und Lebensfreude wieder entdecken!

Dauer: 9 Samstage aufgeteilt auf 1 Jahr, von 18.04.2020 bis 27.02.2021 jeweils 09:00h-18:00h bei TELOS in Bozen, plus 8 Kleingruppentreffen mit individuellen Terminen und Orten.

Gebühr: 110,00€+MwSt. pro Samstag, insgesamt 990,00€+MwSt. für das ganze Jahr inklusive Kleingruppentreffen, Homelearning, Arbeitsbuch "Veränderung", therapeutische Begleitung, alle Arbeitsmaterialien, Ausstattung, Getränke, Pausenimbisse und Gratis-Parkplätze. Zahlung bei Anmeldung, Ratenzahlung möglich!

Start dieses Jahrganges: Samstag, 18. April 2020

Was andere dazu sagen

Kurt Lang, Bozen: „Die schönsten und wertvollsten Erinnerungen meines Lebens.“ **Marianne Erlacher, Ritten:** „Es hat mir unglaublich viel gebracht!“ **Luis Blasinger, Sarntal:** „Es war die nachhaltigste Erfahrung für mich!“ **Susanna Haiden, Bozen:** „Seit ich dabei war, ist nichts mehr so, wie es einmal war.“ **Dr. Franz Mittertutzner, Bozen:** „Ich habe hier so viele einfache Hebel zur Veränderung kennen gelernt“ **Renate Siller, Schlanders:** „Dass ich jetzt da stehe, wo ich bin, verdanke ich diesem Jahr.“ **Ulrike Richter, Tisens:** „Ich habe hier unersetzlich wertvolle Stunden gefunden.“ **Dr. Peter Casatta, Lana:** „Das Beste, was ich mir in meinem Leben niemals habe zukommen lassen!“ **Marianna Mair, Bozen:** „Die schönsten und wichtigsten Erfahrungen meines Lebens.“ **Stefan Unterkircher, Kaltern:** „Es hat einen neuen Menschen aus mir gemacht.“ **Martin Burgmann, Olang:** „Dieses Seminar hat mir die Augen geöffnet.“ **Andreas Waldner, Naturns:** „Eine einzigartige Erfahrung! Für mich hat sich mehr bewegt, als je zuvor.“ **Monika Theiner, Glurns:** „Das Beste, das ich je besucht habe!“ **Dr. Haimo Hochgruber, Bozen:** „Mehr Erkenntnisse gewonnen als jemals zuvor!“ **Sabine Gruber, Meran:** „Einmalig!“ **Alex Galiardi, Klausen:** „Neuer Mut!“ **Prof. Bence Földi, Graz:** „Der weite Weg hat sich mehr als gelohnt!“

Viele hundert weitere Originalberichte auf unserer Website!

