

Christlicher Achtsamkeits Trainer

Die Ausbildung

In sich geschlossenes
Ausbildungsprogramm mit
Abschluss „Christliche(r)
Achtsamkeitstrainer(in)
(ISA)“.

5 Präsenzseminare à 9
Stunden, Leseaufgaben und
ein spiritueller Übungsweg.
150 Lernstunden.

Seminartermine 2017

| | |
|---------|--------|
| CAT I | 10.07. |
| CAT II | 13.09. |
| CAT III | 20.09. |
| CAT IV | 01.11. |
| CAT V | 07.11. |

Seminartermine 2018

| | |
|---------|--------|
| CAT I | 17.01. |
| CAT II | 23.01. |
| CAT III | 07.03. |
| CAT IV | 12.03. |
| CAT V | 27.04. |

Weiterer Turnus im 2. Halb-
jahr 2018.

Kursgebühr 500 €.

Einstieg jederzeit möglich.

Die Seminare müssen nicht in
der angegebenen Reihenfolge
besucht werden.



Seminarthemen

Theorie und Praxis der Entspannung

Entspannungsverfahren; Progressive Muskelentspannung;
Atementspannung etc.

Psychologie der Achtsamkeit

Achtsamkeit im Buddhismus; neuropsychologische Zusam-
menhänge etc.

Theologie der Achtsamkeit

Haben oder Sein; Vom Umgang mit der Sorge; Jesusgebet,
Exerzitien etc.

Achtsamkeit in der Psychotherapie

Formen und Prinzipien der achtsamkeitsbasierten Kognitiven
Verhaltenstherapie etc.

Praxis des Trainings mit Klienten

Modelle der Vermittlung von Achtsamkeitsübungen im
Gruppen- und Einzelsetting.

Mögliche Änderungen vorbehalten

Weitere Infos auf www.isa-institut.de.
Kontakt und formlose Anmeldung:
info@isa-institut.de