

Christlicher Achtsamkeits Trainer

Die Ausbildung

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

5 Präsenzseminare à 9
Stunden, Leseaufgaben und
der spirituelle Übungsweg
Letio divina.
Ca. 70 Lernstunden.

Seminartermine 2019 A

CAT III	06.03.
CAT IV	11.03.
CAT II	13.04.
CAT V	01.05.
CAT I	05.05.

Veränderte Reihenfolge wegen
notwendiger Terminverschiebung

Seminartermine 2019 B

CAT I	05.05.
CAT II	10.07.
CAT III	17.07.
CAT IV	03.10.
CAT V	09.10.

Kursgebühr 400 €.

Einstieg jederzeit möglich.

Institut für Seelsorgeausbildung
(ISA), Pforzheimer Str. 186,
D-76275 Ettlingen.



Seminarthemen

I Zu sich kommen

Die Wirklichkeit bejahen - Die Selbstentfremdung
überwinden - Entautomatisieren

II Zur Ruhe kommen

Entspannung und Eutonie - Auf den Atem achten

III Der Maria-Modus

Der Samariter - Maria & Marta - Christliche Meditation

IV Die Wirkungen der Achtsamkeit

Psychische, soziale und ästhetische Wirkungen -
Neuropsychologie der Achtsamkeit

V Praxis des Trainings mit Klienten

Das Gruppentraining der *Achtsamkeitsbasierten Kognitiven
Seelsorge & Therapie* (AKST)

Die Seminare müssen nicht in dieser Reihenfolge besucht werden.

Die CAT-Ausbildung ist auch Teil von Grundkurs II der Ausbildung
in *Achtsamkeitsbasierter Kognitiver Seelsorge & Therapie* bei ISA.

Weitere Infos auf www.isa-institut.de.

Kontakt und formlose Anmeldung:
info@isa-institut.de