

Karuna Training



Weiterbildung in kontemplativer Psychologie

Dortmund, 15. Mai 2019

Vortrag

“Kontemplative Psychologie”



www.karunatraining.de

Achtsamkeit und mitfühlende Präsenz in der Arbeit mit anderen

Die kontemplative Psychologie verbindet Einsichten der westlichen prozessorientierten therapeutischen Arbeit mit Erkenntnissen der buddhistischen Psychologie. Wir werden vertraut mit unserem Geist und entdecken, dass Achtsamkeit und Mitgefühl natürliche und gesunde Bestandteile des menschlichen Geistes und Herzens sind.

Dortmund: 15. Mai 2019

„Kontemplative Psychologie“

mit Elisabeth Fey

Vortrag am Abend (20-22 Uhr) kostenlos

Ort: Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum,
Hospitalstr. 6, 44149 Dortmund

In diesem Seminar lernen Sie Grundlagen und Kerninhalte von Karuna Training kennen:

- Was ist die kontemplative Psychologie?
- Grundgedanke „Innewohnende Gesundheit“
- Ziel und Wirkung von Meditation und Achtsamkeit
- Bedeutung von Mitgefühl in der Arbeit mit Anderen

Der Abend gestaltet sich mit Vortrag, Anleitung einer Methode wie z.B. Achtsamkeitsmeditation oder einer Kommunikationsübung, sowie gemeinsamer Austausch und Diskussion.

Mehr Informationen zur berufsbegleitenden Weiterbildung Karuna Training unter www.karunatraining.de