

Christlicher Achtsamkeits Trainer



Die Ausbildung

Schulungsprogramm mit
Abschluss „Christliche(r)
Achtsamkeitstrainer(in)
(ISA)“.

5 Präsenzseminare &
Trainingsseminar à 4
Stunden, Leseaufgabe und
der spirituelle Übungsweg
Lectio divina.

Seminartermine 2021 A

CAT I	20.2..
CAT II	20.2..
CAT III	9.4..
CAT IV	10.4.
CAT V	nach Vereinbarung.
Training	10.4.

Seminartermine 2021 B

CAT I	11.9..
CAT II	11.9..
CAT III	23.10.
CAT IV	nach Vereinbarung.
CAT V	3.12..
Training	23.10.

Kursgebühr 390 €.

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