



## Kursangebot

### Resilienztraining: Stressbewältigung in Zeiten von Krisen und Veränderungen

Dieser Fortbildungskurs wird über die Online-Plattform „Zoom“ durchgeführt

#### Aufbau:

Der Kurs besteht aus theoretischen Einheiten und praktischen Übungen aus dem Bereich Resilienz, Achtsamkeit, verhaltenstherapeutische Interventionen, Entspannungssuggestionen und hypnotherapeutischen Techniken.

#### Für wen ist der Kurs geeignet?:

Für Menschen, die die eigene Resilienz (psychische Widerstandskraft) stärken möchten, um Veränderungen schneller und erfolgreicher zu bewältigen. Für Therapeuten und Coaches, die einfache, schnelle Interventionstechniken zur Umsetzung mit Klienten erlernen wollen.

<b>Kursdatum:</b>	11. Juni 2021 – 12. Juni 2021
<b>Uhrzeit:</b>	11. Juni 2021: 12:30 – 18:30 Uhr 12. Juni 2021: 09:00 – 15:00 Uhr
<b>Kosten:</b>	295,- SFR bzw. 270,- Euro

Kursunterlagen werden Ihnen online zugestellt.  
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

**Anmeldung:** kurse@praxis-roebe.de  
Telefon für Fragen: +49 (0)821 3167126

#### Für die Anmeldung zwingend erforderlich:

E- mail Adresse:

Name:

Adresse:

Sie erhalten zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn einen Zoom-Link und eine Rechnung via E-Mail auf die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse.

Nach erfolgreicher Teilnahme und Zahlungseingang erhalten Sie die Teilnahmebescheinigung via E-Mail.