

Gerhard Waterholter, Dipl.-Psych.
Systemischer Therapeut (SG, IFS)

Psychotherapie Familientherapie Entspannung

Hummelroi 1
24943 Tastrup
Tel.: 0461-9402901
e-mail: GWaterholter@web.de
Konto-Nr.: 2020 7789 00
GLS Bank BLZ 430 609 67
IBAN: DE23 430 609 67 2020 7789 00
BIC: GENODEM1GLS

AT monatliche Gruppe

Rahmenbedingungen

Ziele:

- Stabilisierung der eigenen Übungspraxis durch regelmäßige Treffen in größeren Abständen
- Erfahrungsaustausch
- Vertiefung der Entspannungsreaktion durch Erleben von Tiefenentspannung in der Gruppe; zu jedem Treffen gehören zwei Übungsphasen von jeweils 10 bis 20 Minuten
- Überwindung von Problemen beim individuellen Üben
- Anwendung des Autogenen Trainings auf persönliche Themen

Teilnahmevoraussetzung ist, dass man an einem Grundkurs Autogenes Training teilgenommen hat, egal wo.

Ort: Psychologische Praxis Waterholter, Hummelroi 1, 24943 Tastrup

Termine:

Mittwochs-Gruppe: in der Regel am 2. Mittwoch im Monat, von 17:30 bis 19:00 Uhr:

12. Dezember 2018	10. Juli 2019
09. Januar 2019	14. August 2019
13. Februar 2019	11. September 2019
13. März 2019	23. Oktober 2019 (Achtung: 4. Mittwoch)
24. April 2019 (Achtung: 4. Mittwoch)	13. November 2019
15. Mai 2019 (Achtung: 3. Mittwoch)	11. Dezember 2019
12. Juni 2019	

Kosten: Die Teilnahme gilt ab einem beliebigen Anfangsmonat für sechs Monate. Wenn Sie verhindert sind, sagen Sie bitte per E-Mail 24 Stunden vorher ab, dann können Sie den Termin später dranhängen. Die Gruppe ist in diesem Sinne halboffen, d.h. so lange noch Platz ist, können jederzeit neue Teilnehmer dazukommen. Die Teilnahmegebühr für die sechs Termine beträgt 90,- €. Sie können sich formlos per E-Mail anmelden. Schicken Sie noch kein Geld. Wenn Platz ist, bekommen Sie eine Rechnung. Eine Kostenerstattung durch Krankenkassen ist für diesen Kurs in der Regel nicht möglich.