

## Die Seminartermine

**Informationsabend:** Di. 07.02.2012 von 20.00 – 21.30 Uhr

**Modul 1** Sa. 10.03. – So. 11.03.2012

**Modul 2** Sa. 05.05. – So. 06.05.2012

**Modul 3** Sa. 07.07. – So. 08.07.2012

**Modul 4** Sa. 15.09. – So. 16.09.2012

**Modul 5** Sa. 10.11. – So. 11.11.2012

**Modul 6** Sa. 12.01. – So. 13.01.2013

### Uhrzeiten:

Sa. 09.00 – 12.30 und 14.00 – 18.30 Uhr sowie 20.00 – 22.30 Uhr

So. 09.00 – 12.30 und 14.00 – 16.00 Uhr

## Beitrag

**985,00.- Euro** (Ratenzahlung möglich)

Finanzielle Förderung durch die Autonome Provinz Bozen, Abteilung für deutsche und ladinische Berufsbildung (Tel. 0471/416919), möglich.

## Referent

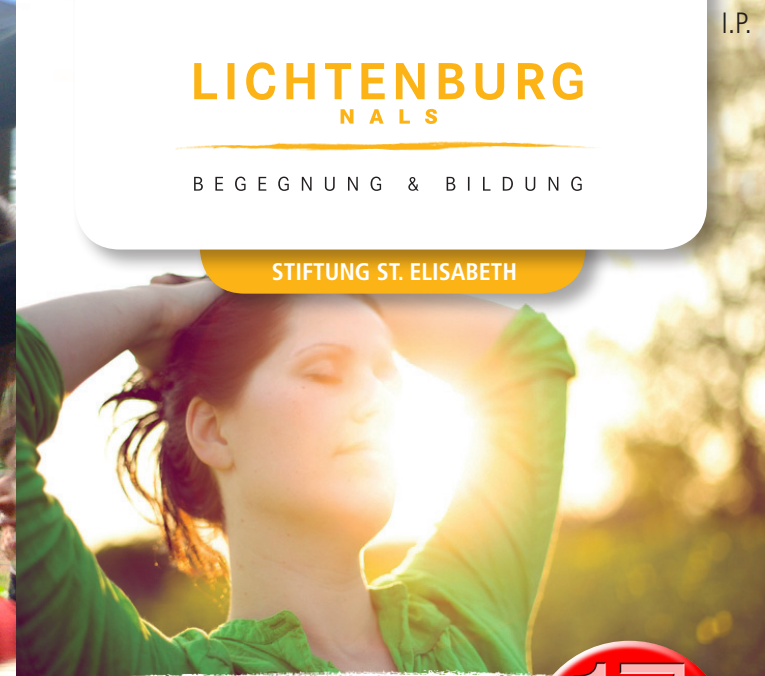
**Dr. Elmar Teutsch, Psychologe und Psychotherapeut**



Gründer des Instituts für Psychologie und Wirtschaft TELOS. Seit 20 Jahren Berater und Trainer für Weiterbildung, Organisations- und Personalentwicklung in namhaften Unternehmen und Organisationen. Psychotherapeut für Einzelpersonen und Gruppen.

**Ausbildungs-Spezialgebiete:** experimentelle

Psychologie, Kommunikationspsychologie, Gestalt-Therapie, Psychotrauma-Therapie und EMDR. Zahlreiche Beiträge in Büchern, Fachzeitschriften, Radio und Fernsehen. Eigene Sendereihe („3 Minuten für mich selbst“) bei der staatlichen Radio Televisione Italiana, Autor der Rubrik „Die Andere Seite“ in einer Wochenzeitschrift, Seminarleiter für den World Council for Psychotherapy.



**LICHTENBURG**  
N A L S

B E G E G N U N G & B I L D U N G

STIFTUNG ST. ELISABETH

**17**  
Jahre  
VERÄNDERUNG

## Einige Stellungnahmen aus den letzten 16 Jahren

„Ich gehe mit Erinnerungen nach Hause, welche ich zu den schönsten und wertvollsten in meinem Leben zähle. Ich danke dir, Elmar, für die liebevolle Begleitung der Veränderungsphasen.“ Kurt Lang, Bozen

„Das Jahr hat mir unglaublich viel gebracht! Ich habe zu mir selbst gefunden.“ Marianne Erlacher, Oberbozen

„In einer schwierigen Lebensphase von Passivität und Tunnelblick zu Selbstvertrauen und Lebensfreude.“ Irmi Joas, Bruneck

„Ich habe viel investiert für meine berufliche Karriere, aber das Beste, was ich mir in meinem Leben habe zukommen lassen, war dieser Kurs.“ Peter Casatta, Lana



**VERÄNDERUNG**

JAHRESGRUPPE

MIT DR. ELMAR TEUTSCH

**MÄRZ 2012- MAI 2013**

MEINE PERSÖNLICHKEIT STÄRKEN -  
SINN UND HALT FINDEN - LEBEN GESTALTEN -  
GLÜCKLICH SEIN

... für Menschen, die vor wichtigen Entscheidungen stehen oder mit Veränderungen konfrontiert sind...



**LICHTENBURG**  
N A L S

BEGEGNUNG & BILDUNG

STIFTUNG ST. ELISABETH

## Lebenssituationen...

Etwas in Ihnen sagt, dass es so nicht weitergehen kann: Neuorientierungen stehen an, allerdings wissen Sie nicht, wie Sie anfangen sollen: Ihre Umwelt geht davon aus, dass Sie weiterhin so „funktionieren“ wie gewohnt. Also einfach weiter machen? Und wenn Sie gar in einer akuten Krise stecken? Ernsthafte Probleme mit Beruf, Privatleben, Gesundheit, Trennung, Todesfall ...? Da werden Sie mit unerbittlicher Vehemenz an die Grenzen Ihrer bisherigen Existenz gestoßen, Veränderung wird ungefragt „verordnet“. Welche seelische Haltung brauchen Sie, um damit zurecht zu kommen, welche inneren Veränderungsprozesse werden nötig?

## ... und Lösungswege

Die Jahresgruppe „Veränderung“ bietet den geschützten Rahmen, um die eigene Situation zu überdenken und Orientierungshilfen zu finden - mit achtsamer therapeutischer Leitung und feinfühligem Arbeit nach Methoden der Gestalttherapie. Dazu kommen Elemente der Erlebnispädagogik, Bewegungs- und Entspannungstechniken, Einzelgespräche, Arbeit in Kleingruppen, Meditation und Fantasiereisen.

## Fragen, die uns begleiten

- | Wie kann ich meine Situation erträglich(er) machen?
- | Wie kann ich mein Leben zum Positiven wenden?
- | Wie sicher, frei und authentisch fühle ich mich?
- | Welche Rolle will ich nicht länger spielen?
- | Welche Wiederholungen kenne ich in meinem Leben?
- | Wie gehe ich mit Schmerz und Verletzung um?
- | Wie kann ich mich aus alten Geschichten befreien?
- | Wie kann ich besser für mich sorgen?
- | Was kann ich tun, um meine wahren Ziele zu erreichen?

## Zielgruppe

Frauen und Männer, die in ihrem Leben an einem Punkt angelangt sind, wo sie sich sagen, dass es so nicht mehr weiter gehen kann, dass jetzt endlich genug ist, dass sie jetzt wirklich etwas verändern wollen oder müssen!

IN ZUSAMMENARBEIT MIT



[www.telos-training.com](http://www.telos-training.com)

**BILDUNGSHAUS LICHTENBURG**

I-39010 Nals . Vilpianerstr. 27

Tel +39 0471 678 679 . Fax +39 0471 678 108

[bildungshaus@lichtenburg.it](mailto:bildungshaus@lichtenburg.it)

[www.lichtenburg.it](http://www.lichtenburg.it)

[facebook.com/lichtenburg](https://facebook.com/lichtenburg)



gefördert von  
Stiftung Südtiroler Sparkasse  
Fondazione Cassa di Risparmio  
sostenuto da