

Angst begegnen



Ausschnitt aus Edvard Munchs der Schrei

Einführung in die heilende Arbeit mit Angst

Samstag, 10. Mai, 2025

Mora

Mühlemattstrasse 50, 3007 Bern

Angst ist eine mächtiges Gefühl!
Auch wenn sie uns nichts anhaben kann,
so kann Angst doch fesseln.
Entfesseln wir uns!

Kursleitung:

Michael U. Baumgartner, Seelsorger, Sozialarbeiter, Erwachsenenbildner,
Biographiearbeiter, Ethiker,

Inhalt:

- Angst als Möglichkeit des Seelenlebens
- Stufen der Angst – wenn Angst zum Problem wird
- Angst erkennen – Angst benennen
- Adäquat reagieren bei Angstanfällen und Panikattacken
- Vorstellen von zwei Methoden zur Arbeit mit Angst
- u.a.m.

Lernziele:

- Die Teilnehmenden
- erkennen Angst und ihre Mission
- erkennen Ausdrucksformen der Angst
- können Angst ansprechen
- haben ein Werkzeug zum Umgang mit Angst
- kennen drei Methoden im Umgang mit Angst

Zielgruppe:

Sozialarbeitende, Pädagog:innen Therapeut:innen und andere Interessierte



Kursdatum: Samstag, 10.05.25, von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Kursort: Der Kurs wird in den Räumlichkeiten von Mora an der Mühlemattstrasse 50 in 3007 Bern, 15 Geh-Minuten vom HB, durchgeführt

Teilnehmendenzahl: beschränkt

Anmeldung: per E-Mail: info@derentwickler.ch
per Post: Michael Baumgartner, Oberdorfstrasse 5, 3053 Münchenbuchsee
Anmeldung mittels Anmeldeformular oder entsprechender e-Mail gilt als verbindlich

Kosten: CHF 180.00.— (Reduktion in Absprache)

zu bezahlen bis 3. Mai, 2025

Frühbuchpreis: CHF 160.00 zu bezahlen bis 5. April 25

3 Weiterbildungen bis 6. Juli 2025: CHF 330.00

(bezahlbar in Raten bis 1. Juni 2025)

Anmeldeschluss: 3. Mai, 2025

Anmeldung:

Ich melde mich für die Weiterbildung „*Angst begegnen*“ vom **Samstag, 10.05.25 an**

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:

Telefonnummer:

E-Mail:

Beruf / Arbeit:

Weitere Weiterbildungsinteressen:

Datum Unterschrift:

DIESE SEITE AUSGEFÜLLT ALS ANMELDUNG AN: info@derentwickler.ch

Dein Platz ist Dir sicher, sobald Deine Zahlung erfolgt ist.

Bankangaben Freie Gemeinschaftsbank Genossenschaft, Meret
Oppenheim-Strasse 10, Postfach, 4002 Basel
Begünstigter: Michael Baumgartner, Oberdorfstrasse 5, 3053
Münchenbuchsee - IBAN CH70 0839 2000 1577 9930 1