

Veranstaltungsort:

Alle Kursabende finden im Adventhaus Dresden, Haydnstraße 16, 01309 Dresden statt und beginnen jeden letzten Mittwoch im Monat jeweils um 19.00 Uhr.

Die Teilnahme am Kurs ist kostenlos.

So erreichen Sie uns:

Mit dem öffentlichen Nahverkehr der Straßenbahnlinien 4, 10 und 12 sowie der Buslinie 64 bis Haltestelle Fetscherplatz.

Das Adventhaus befindet sich ca. 250 m rechts hinter dem Gebäudekomplex der Sparkasse / BfA.

Kursleiter:

Pastor Simon Krautschick

Telefon: 035243 / 46419

E-Mail: simon.krautschick@adventisten.de

lebensschule

ist ein Angebot der Adventgemeinde Dresden

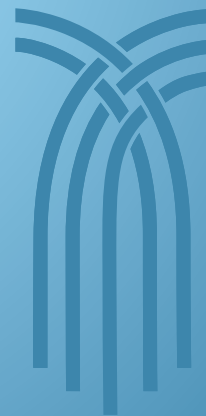
Foto Titelseite: © pixabay.com

Die **lebensschule** versteht sich als Bildungsangebot mit dem Ziel, grundlegende Kenntnisse über seelische und soziale Prozesse sowie praktische Anregungen zur Lebensbewältigung zu vermitteln. Mit der zunehmenden Individualisierung unserer Gesellschaft verlieren traditionelle Wege des „Leben-Lernens“ immer mehr an Bedeutung.

Die Lebensschule will helfen, eigene Stärken zu entdecken und soziale Fertigkeiten zu entwickeln.

Die Lebensschule basiert auf Anregungen psychoedukativer Therapieansätze, richtet sich aber nicht vornehmlich an Patienten, sondern an alle, die das jeweilige Kursthema interessiert.

Wissenschaftliche Erkenntnisse werden leicht verständlich erklärt. So kann jeder, der auf der Suche nach Lösungsansätzen für sich oder andere Menschen ist, vom Besuch der Kurse profitieren.



Mehr Informationen unter:

www.forum-lebensschule.de

Frieden schließen mit meiner Vergangenheit



lebensschule
forum zum menschein



Frieden schließen mit meiner Vergangenheit

Die Erfahrungen, die wir in unserer Herkunftsfamilie gemacht haben, prägen lebenslang unser Denken, Fühlen und Verhalten. Wir können unsere Vergangenheit nicht abstreifen wie einen verschlissenen Mantel. Wir können jedoch verstehen, warum wir so sind wie wir sind. Mit geeigneten Strategien können wir Sackgassen in unserem Verhalten überwinden und ausgetretene Pfade verlassen. Neue Sichtweisen helfen uns, über uns selbst hinauszuwachsen.

Darum geht es in diesem Kurs, der von dem amerikanischen Autor Tim Sledge entwickelt wurde. Sledge weiß genau, worum es geht und worauf es ankommt – er hat es selbst erlebt.

Kursinhalt

1. Schmerzfamilie – Familienschmerz
Wie unsere Herkunftsfamilie unser Selbstwertgefühl beeinflusst
2. Aus dem Bann der Zwänge treten
Wie zwanghaftes Verhalten geformt wurde und wie man davon frei wird
3. Verhängnisvolle Gefühle überwinden
Wie wir Schamgefühlen entkommen können
4. Freude am Leben wiederentdecken
Wie wir die Angst vor Freude und Erfolg überwinden können

5. Eine verlorene Kindheit zurückgewinnen
Wie wir unserem inneren Kind wieder Lebensraum verschaffen können
6. Perfektionismus überwinden
Wie wir uns mit unseren Fehlern anfreunden können
7. Schmerzhaftes Erinnerungen bewältigen
Wie wir schwierige Erinnerungen entdecken und heilen können
8. Vorteile einer turbulenten Vergangenheit
Wie leidvolle Erfahrungen Gutes bewirken können
9. Sei du selbst. Das ist in Ordnung so.
Wie wir lernen, wir selbst zu sein
10. Denen vergeben, die dich verletzt haben
Wie Vergebung Schmerzen lindert
11. Die Sehnsucht nach Bestätigung
Wie wir Anerkennung finden können
12. Chancen auf den Stufen des Lebens
Wie wir in jeder Lebensphase Veränderungen erleben

Mehr Informationen unter:
www.forum-lebensschule.de

Termine

1. Kursabend: 31. Januar 2018 | 19.00 Uhr

Schmerzfamilie – Familienschmerz

2. Kursabend: 28. Februar 2018 | 19.00 Uhr

Aus dem Bann der Zwänge treten

3. Kursabend: 28. März 2018 | 19.00 Uhr

Verhängnisvolle Gefühle überwinden

4. Kursabend: 25. April 2018 | 19.00 Uhr

Freude am Leben wiederentdecken

5. Kursabend: 30. Mai 2018 | 19.00 Uhr

Eine verlorene Kindheit zurückgewinnen

6. Kursabend: 27. Juni 2018 | 19.00 Uhr

Perfektionismus überwinden

7. Kursabend: 26. September 2018 | 19.00 Uhr

Schmerzhaftes Erinnerungen bewältigen

8. Kursabend: 24. Oktober 2018 | 19.00 Uhr

Vorteile einer turbulenten Vergangenheit

9. Kursabend: 28. November 2018 | 19.00 Uhr

Sei du selbst. Das ist in Ordnung so.

10. Kursabend: 30. Januar 2019 | 19.00 Uhr

Denen vergeben, die dich verletzt haben

11. Kursabend: 27. Februar 2019 | 19.00 Uhr

Die Sehnsucht nach Bestätigung

12. Kursabend: 27. März 2019 | 19.00 Uhr

Chancen auf den Stufen des Lebens