

Teilnahmebestätigung

„Von Stress und Burnout zur optimalen Lebensbalance“

vom 22.07.2011 bis 23.07.2011 in Oberschleißheim mit Dr. Gunther Schmidt, Milton-Erickson-Institut Heidelberg

für
Herrn Hans Jörg Mühlen

SYSTEMISCHE
FAMILIENTHERAPIE

IFW Institut für
Fort- und Weiterbildung
Bodenstedtstraße 66
81241 München
Fon +49-89- 83 96 45 85
Fax +49-89- 82 90 86 19
info@i-f-w.de
www.ifw-familientherapie.de

Fachliche Leitung
Dr. Hans Friedl
Michael Stanislawski

Trainer
Dr. Andrea Hirmer
Hannes Beckenbach
Marlene Bierer-Fischer
Dr. Julia Forster
Mirjam Fritsch
Georg Schobert
Britta Weber

Im Workshop wurde theoretisch und mit praktischen Strategien gezeigt (wobei Salutogenese- und Resilienzforschung einbezogen wird), wie das intuitive Wissen unseres Organismus als hilfreichen "Supervisor" genutzt werden kann. Folgende Themen wurden im Speziellen behandelt:

- Entwicklung einer Gesundheit fördernden und erfüllenden Lebensbalance zwischen diversen Erwartungsfeldern,
- Stress induzierende, krankmachende Lösungsversuche (Problem-Trance-Muster) erkennen und auflösen (Exduktion aus der Problem-Trance),
- Stresssituationen, Stressreaktionen und „Symptome“ als Kompetenz und Chance,
- Zwickmühlen als Chancen nutzen.

München, 23.07.2011

IFW Institut für Fort- und Weiterbildung



Dr. Hans Friedl
Geschäftsführender Gesellschafter



Michael Stanislawski
Geschäftsführender Gesellschafter