



Verbunden-Sein

PSYCHODRAMA PESSOTHERAPIE

SCHLÜBHOF-SEMINAR 2024
REKREATION & BURNOUTPROPHYLAXE
29. Juli bis 3. August 2024
am Lychensee
in der Uckermärkischen Seenplatte

INGRID STURM

PSYCHODRAMA UND PESSO-ARBEIT

**Schlüßhof-Seminar vom 29.7. bis 3.8. 2024
in Lychen/Uckermark**

An einem wundervollen Ort inmitten der uckermärkischen Seenplatte nehmen wir uns eine Auszeit vom Alltag, um unseren Blick nach innen zu richten. Mit Abstand zu unseren beruflichen und privaten Verpflichtungen können wir uns in diesem Seminar in einer wertschätzenden und achtsamen Atmosphäre mit unseren eigenen Themen und Bedürfnissen beschäftigen und unsere Ressourcentanks mit Hilfe der handlungs- und körperorientierten Methoden des Psychodramas und der PESSO-Therapie auffüllen.

AKKREDITIERUNG

50 Fortbildungspunkte

werden bei der LPK Baden-Württemberg beantragt

LEITUNG

**Dipl.-Psych. Ingrid Sturm
praxis-sturm.de**

Psychotherapie (TP)
Supervision
Teamentwicklung
Weiterbildung



INGRID STURM, Jahrgang 1958; in freier Praxis bin ich seit 1992 in Berlin, seit 1997 in Lörrach und Basel tätig, arbeite als Psychotherapeutin, auch mit Psychodrama und PESSO-Therapie, mit Einzelnen, Paaren und Gruppen, begleite als Supervisorin Teams in unterschiedlichen Arbeitsfeldern und arbeite für verschiedene Weiterbildungsinstitute als Dozentin, Seminarleiterin und Lehrtherapeutin.

REKREATION UND BURNOUTPROPHYLAXE FÜR PROFESSIONALS

Verbunden-Sein - von der Sehnsucht, anzukommen

In unserem beruflichen Alltag sind wir gefordert, professionell für andere da zu sein und zu funktionieren. Darüber können die Verbundenheit mit uns selbst und mit dem, was uns wirklich trägt oder wonach wir uns für uns selbst sehnen, verloren gehen und sich Gefühle von Entfremdung und Vereinzelung einstellen.

**«An manchen Tagen kommen wir uns
wie in der Fremde vor. Wenn unser
Herz sich öffnet, werden wir erfahren,
dass wir genau hierhergehören
und mit allem verbunden sind. »**

Jack Kornfield

Diese Erfahrung – das 'in Kontakt kommen mit unserem 'wahren Selbst' – ermöglichen uns die handlungs- und körperorientierten Methoden des Psychodramas und der PESSO-Therapie im Rahmen einer wertschätzenden Gruppe von Kolleginnen und Kollegen. Mit Hilfe von Gruppenübungen, PESSO-Strukturen, psychodramatischen Protagonistenarbeiten und Gruppenspielen können wir heilsame Interaktions- und Körpererfahrungen machen, Freude erleben und das Verbunden-Sein mit uns selbst, mit anderen und mit dem größeren Ganzen erfahren.

SEMINAR

Kurzbeschreibung

An sechs Seminartagen arbeiten wir mit max. 10 Gruppenteilnehmenden. Im Laufe des Seminars können in und mit Hilfe der Gruppe eigene Themen bearbeitet werden. Darüber hinaus gibt es Zeit und Raum für psychodramatische Gruppenarbeiten und Stegreifspiele, die die Arbeit an den individuellen Themen unterstützen und verbinden.

ANGEBOTE

Begleitangebote und Freizeitmöglichkeiten

Der Schlüßhof liegt inmitten eines grosszügigen und idyllischen Schlossparks und hat eine lange exklusive Uferseite mit Bademöglichkeiten. Sonnenliegen stehen zur Verfügung. Kanus können ausgeliehen werden.

Jeden Morgen bietet die Seminarleiterin Meditation an. Zum Begleitprogramm gehört das Angebot eines gemeinsamen Ausflugs, entweder eine Wanderung zu Fuss oder eine Paddelbootfahrt.

Einkaufsmöglichkeiten gibt es in Lychen, das zu Fuß erreicht werden kann, oder in Fürstenberg. In Lychen gibt es auch die Möglichkeit, Fahrräder zu mieten um die Gegend zu erkunden.

REISE

An- und Abreise

Die An- und Abreise erfolgt individuell auf eigene Kosten. Die Seminarleitung ist bei der Organisation von Fahrgemeinschaften behilflich. Auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist der Schlüßhof gut erreichbar: Eine Zugstunde vom Hauptbahnhof Berlin bis Fürstenberg. Ab da verkehren regelmässig Busse bis Schlüßhof (Haltestelle).

KOSTEN

Teilnahmegebühr für das Seminar

| | |
|--|-------|
| inkl. der Organisation des Begleitprogramms | € 730 |
| mit Frühbucherrabatt bis zum 1. 2. 2024 | € 680 |
| Gebühr für Akkreditierung (falls gewünscht) | € 30 |

Unterkunft und Verpflegung

| | |
|---|-------|
| Unterkunft (5 Nächte) im Einzelzimmer, inkl. vegetarische Vollverpflegung (3 Mahlzeiten pro Tag) | |
| Zimmerkategorie A (5 Nächte, Einzelbelegung) | € 550 |
| Zimmerkategorie B (5 Nächte, Einzelbelegung) | € 375 |
| Vegetarische Vollverpflegung für 5 Tage | € 240 |
| Pauschale für den Tagungsraum | € 60 |

Nicht im Preis enthalten sind die Kosten für Getränke, zusätzliche Mahlzeiten und die An- und Abreise.

UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG

Seminarzentrum Schlüßhof

Seminarzentrum Schlüßhof am Lychensee
schluesshof.de
Buchung über zugesendeten Link

Der weitläufige, liebevoll gepflegte Park mit uraltem Baumbestand ist eine Oase der Ruhe. Große Terrassen, das Seeufer sowie lauschige Sitzcken und Pavillons im Garten bieten Rückzugsorte zum Entspannen. Für Bewegungshungrige stehen Kanus bereit, und ein Sprung ins kühle Nass des großen Lychensees ist direkt von der Badestelle aus möglich.

Es gibt auch die Möglichkeit, Begleitpersonen mitzunehmen, die beim Begleitprogramm der Seminargruppe willkommen sind. Unterbringung im Zimmer der Seminarteilnehmenden als DZ möglich (Preis auf Anfrage).

ANMELDUNG

praxis-sturm.de

Psychologische Praxis Ingrid Sturm
Frohnbergstr. 18, D-79539 Lörrach
+49 7621 13476 - info@praxis-sturm.de

ZEITLICHER RAHMEN

Schlüßhof-Seminar 2024 Montag 29.7. bis Samstag 3.8.2024

| | |
|---|---|
| 1. Tag 12:30 Uhr | Montag Willkommensimbiss |
| 14:00 bis 17:00 Uhr | Eröffnungssitzung |
| 18:30 Uhr | Abendessen |
| 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr | Abendsitzung |
| 2., 4., 5. Tag 7.15 - 8:00 Uhr ab 8.00 Uhr | Dienstag Donnerstag Freitag Angebot zur Meditation Frühstück |
| 9.00 bis 13.30 Uhr | Seminar |
| anschl. | Mittagessen und Zeit zur freien Verfügung |
| 18:30 Uhr | Abendessen |
| 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr | Abendsitzung |
| 3. Tag 7.15 - 8:00 Uhr ab 8.00 Uhr | Mittwoch Angebot zur Meditation Frühstück |
| 9.00 bis 13.30 Uhr | Seminar |
| anschl. | Mittagessen und Angebot zu einem Ausflug/Paddeltour |
| 18:30 Uhr | Abendessen |
| 6. Tag 7.15 - 8:00 Uhr ab 8.00 Uhr | Samstag Angebot zur Meditation Frühstück |
| 9.00 bis 13.30 Uhr anschl. | Abschlusssitzung Mittagessen |

Schlüßhof Seminar

vom 29.7. bis 3.8. 2024
am Lychensee (Uckermark)

verbunden-sein
REKREATION & BURNOUTPROPHYLAXE

DETAILINFOS

Gebühren Seminar

Die **Seminargebühr** beträgt **€ 730**, mit **Frühbucherrabatt** bis zum 1.2.2024 **€ 680**, Gebühr für **Akkreditierung** (falls gewünscht) **€ 30**.

Die **Anzahlung** von **€ 150** ist sofort fällig und zu überweisen auf das Konto:

Ingrid Sturm
IBAN DE 32 6835 0048 0101 1066 80
Sparkasse Lörrach.

Der **Restbetrag** muss nach Rechnungsstellung ca. einen Monat vor Seminarbeginn überwiesen werden.

Mit dem **Eingang des Anmeldeformulars** bei der Veranstalterin und Seminarleiterin (Ingrid Sturm) und einer **Anzahlung von € 150** wird die Anmeldung rechtsverbindlich.

Stornobedingungen bzgl. der Seminargebühren bei der Veranstalterin

Falls das Seminar von Seiten der Veranstalterin abgesagt werden muss, werden alle erfolgten Zahlungen rückerstattet.

Bei Absage des Seminars von Seiten des/der Teilnehmenden bis zu 30 Tagen vor Seminarbeginn wird eine Ausfallgebühr von € 150 erhoben; bei 30 – 7 Tagen vor Seminarbeginn beträgt die Ausfallgebühr € 400. Bei weniger als 7 Tagen vor Seminarbeginn ist die volle Seminargebühr zu bezahlen. Der rechtzeitige Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen.

Tagungshaus

Schlüßhof 1
D-17279 Lychen
schluesshof.de

Die Unterkunft und vegetarische Vollverpflegung im Tagungshaus sind obligatorisch für alle Seminarteilnehmenden (Kosten siehe oben).

Sobald die Seminarleiterin einen festen Seminarplatz bestätigt hat, stellt sie einen Link zur Verfügung, mit dem unverzüglich die Buchung von Unterkunft und Verpflegung direkt beim Tagungshaus vorgenommen werden muss. Es gibt unterschiedlich teure Kategorien von Zimmern mit eigenem und geteiltem Bad.

Die Kosten für Übernachtung und Vollpension werden vom Tagungshaus 14 Tage vor Seminarbeginn in Rechnung gestellt. **Dafür gelten die Stornobedingungen des Tagungshauses.** Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen.

An- und Abreise

Im Schlüßhof gibt es keine Möglichkeit, den Aufenthalt vor oder im Anschluss des Seminars zu verlängern. Da das Seminar am Montag um 12.30 Uhr beginnt, müssen Teilnehmerinnen, die eine weitere Anreise haben, vorher in Pensionen in Fürstenburg übernachten. Die Seminarleiterin schlägt geeignete Übernachtungsmöglichkeiten vor.

ANMELDUNG

praxis-sturm.de

Psychologische Praxis Ingrid Sturm
Frohnbergstr. 18, D-79539 Lörrach
+49 7621 13476 - info@praxis-sturm.de

ANMELDUNG

Schlüßhof-Seminar 2024 «Verbunden-Sein» Rekreation und Burnoutprophylaxe

vom 29.7. bis 3.8. 2024 am Lychensee/Uckermark

bitte mit eurer Unterschrift versehen zurückschicken

gerne eingescannt als Anhang per mail an
info@praxis-sturm.de

oder per Post an
Psychologische Praxis
Ingrid Sturm
Frohnbergstr. 18
D-79539 Lörrach

Für das Seminar melde ich mich verbindlich an

und erkläre mich mit den oben genannten Bedingungen
(s. Detailinfos) einverstanden.

Die Anzahlung von € 150 werde ich innerhalb der nächs-
ten 14 Tage überweisen auf das Konto von Ingrid Sturm,
IBAN DE 32 6835 0048 0101 106680.

Ich nehme an dem Seminar in eigener Verantwortung teil
und erkläre hiermit, dass ich aktuell an keiner Suchterkrankung
leide.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass zum Zweck der
Organisation von Anreise und Unterkunft meine Kontakt-
daten (Emailadresse, Herkunftsort und Telefonnummern)
vor Seminarbeginn mittels einer TN-Liste allen Seminarteil-
nehmenden und dem Schlüßhof zur Verfügung gestellt
werden.

Personalien

Name

Geburtsdatum

Privatanschrift

Telefon

Mobil

Email

Beruf

ggf. Begleitperson

Vorerfahrungen

Selbsterfahrung/Psychotherapie

ja nein

mit Psychodrama

ja nein

mit Pessio-Therapie

ja nein

wie lange und bei wem?

Zertifikat oder Bescheinigung

Ich benötige ein Fortbildungszertifikat
der Psychotherapeutenkammer
(Kosten € 30)

ja

Lebensmittelunverträglichkeit

ja

Wenn ja, welche?

Ort, Datum

Unterschrift

