



“Grenzen setzen – Grenzen achten”

Samstag, 23. August

10:00 – 16:00 Uhr

mit Jana Schwarz

Christlich-psychol. Beraterin (IGNIS)
Fachergootherapeutin Psychiatrie/Psychosomatik
und Therapiewissenschaften B.Sc.

Ziel des Seminars ist Erkenntnis über die Größe Gottes, Freiheit in Christus und Vertrauen in seine Gebote zu erfahren. Wir üben eigene Begrenzungen und Begrenzungen anderer friedlich und wohlwollend wahrzunehmen, zu achten und zu kommunizieren. Dies ermöglicht einen Schutz vor destruktiven Beziehungsmustern und der Reinszenierung alter Verletzungen.

Inhalte des Seminars:

- Gottes Begrenzung von Leid
- Wahrnehmung eigener Grenzen und Grenzen anderer
- Entwicklung einer Abgrenzungsfähigkeit
- Nein sagen ohne Schuldgefühle
- Nähe und Distanz in Beziehungen gestalten
- Umgang mit Grenzverletzungen und Grenzüberschreitungen
- Freiheit vs. Abhängigkeit
- Ansätze für konstruktive Konfliktklärungen

*„Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit all deinen Gedanken.
Das ist das wichtigste und erste Gebot.
Ebenso wichtig ist das zweite: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“
(Matthäus 22:37-39)*

Zeitplan:

10:00-12:00 Block 1

Mittagspause

13:00-14:30 Block 2

Kaffeepause

14:45-16:00 Block 3

Seminargebühr:

40,- Euro

Referentin:

Jana Schwarz ist 38 Jahre alt und wohnt in Moers. Sie ist christlich-psychologische Beraterin (IGNIS), Fachergootherapeutin für Psychiatrie / Psychosomatik und Therapiewissenschaftlerin B.Sc. mit Schwerpunkt Mental Health.

Nach langjähriger Erfahrung, auch im Klinikbereich, führt sie seit 2024 die LebensRaum-Praxis, eine Praxis für christlich-psychologische Beratung & Seelsorge.

Ihr Herz schlägt für Gott, seine Heilung, die Begleitung von Menschen nach verletzenden Erfahrungen und die Unterstützung von Mitarbeitern im Seelsorgebereich von Gemeinden und christlichen Werken.

www.lebensraum-praxis.de

Instagram: lebensraum_praxis



Anmeldung: online über QR-Code
oder Website



<https://my.weezevent.com/grenzen-setzen-grenzen-achten>



Fels Gemeinde Bingen

Mainzer Str. 41

55411 Bingen