



Christliches Institut für
Seelsorge und Lebensberatung

Information zur Referentin Irene Maibaum

Dipl.-Ing. (FH)
Therap. Seelsorgerin (ITS)
SAFE® - Mentorin
zertifizierte Traumfachberaterin (zptn, DeGPT)
Institutsleitung **CISL**

Anmeldung und Information:

Seminarkosten:

Einzelpersonen: 140,- EUR
Ehepaare: 230,- EUR
(Getränke und Snacks für die Pausen sind im Preis
inbegriffen)

Seminarzeiten:

Freitag: 09:00 Uhr - 17:00 Uhr
Samstag: 09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Teilnahmebedingungen, sowie Stornokosten finden Sie
auf der Webseite oder in der Institutsbroschüre.

CISL Institut

Auf dem Felde 28
58809 Neuenrade
Tel.: 02394/242320

E-Mail: info@cisl-institut.de

Impressum:
© Christliches Institut für Seelsorge und Lebensberatung (CISL)
Inhalt: Irene Maibaum
Satz und Layout: Mona-Michelle Maibaum
Bilder: <https://stock.adobe.com/de/>

Seminar: Knochenhart, butterweich oder...?.

Wie Gedanken Gefühle beeinflussen

16. - 17.02.2024

Ev.-freikl. Gemeinde Altena-Grünewiese
Grünewiese 38-40
58762 Altena



**Irene
Maibaum**

Worte, wie „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“ oder „Du Heulsuse“ verletzen, weil Schmerz und Tränen damit verboten, bagatellisiert werden. Gefühle, vor allem verletzte, haben einen grossen Einfluss auf unser Leben.

Gefühle mit ihren Gedankenbotschaften beeinflussen die ganze Persönlichkeit, die Beziehung zu anderen Menschen und die Beziehung zu Gott.

Gefühle und Gedanken, Gedanken und Gefühle können nicht voneinander getrennt werden.

Die eigenen Gedanken, die eigenen Gefühle zu verstehen, wieso sie entstanden sind und welche Motivation und Zielrichtung sie ausdrücken, helfen freier zu leben. Der Entscheidungsraum und Handlungsraum erweitert sich.



Das Seminar ist eine wertvolle Hilfe...

... für Ihre persönliche Weiterentwicklung.

Inhalte

- Der Mensch ist das, wozu ihn seine Gedanken machen.
- Wie entstehen Gefühle durch unsere Gedanken?
- Negative Gedanken, negative Gefühle sind wie ungebetene Gäste.
- Gedanken und Gefühle sind Spiegelungen des Lebensstils.
- Veränderung durch Selbsterkenntnis führt zu emotionaler Intelligenz und zu emotionaler Kompetenz.

„Mach mit“

Was ich dir jetzt rate ist wichtiger als alles andere: Achte auf deine Gedanken und Gefühle, denn sie beeinflussen dein ganzes Leben“.

Sprüche 4, 23-27 (HFA)