



# Praxis für Systemische Therapie und Naturheilkunde

Kim Saskia Heckens - Heilpraktikerin  
Trauma | Bindung | Resilienz

## Weiterbildung 2021

S.1/6

## Gefühle & Emotionen – Von der Co-Regulation zur Selbstregulation

*Beide Module sind als Bildungsfreistellungsveranstaltung / Bildungsurlaub in SH, HH & Saarland, Berlin, Brandenburg & Mecklenburg-Vorpommern anerkannt. (Niedersachsen beantragt)*

**Modul I – 20. - 22. Januar 2021**

**Modul II – 03. - 05. März 2021**

**Systemische Weiterbildung** für Teilnehmer aller beratenden, begleitenden und therapeutischen Berufe.

Ziel dieser Weiterbildung ist den Umgang mit Gefühlen & Emotionen in der Beratung, Therapie & Begleitung zu vertiefen - mit den eigenen und denen unseres Gegenübers und somit Empathie und Selbstempathie als Grundvoraussetzung in begleitenden Berufen zu erlangen.

Vermittelt werden

- *Was sind eigentlich Gefühle & Emotionen? Welchem biologischen Zweck dienen sie?*
- *Neurophysiologische Grundlagen unserer Gefühle & Emotionen*
- *Trauma , Gefühl & Emotion*
- *Erkennen und Differenzieren von primären, sekundären und instrumentellen Gefühlen*
- *Gefühle & Emotionen als Hinweis und Motivation im Zentrum des Prozesses*
- *Fundierte und praxisnahe Grundlage emotionsfokussierter und prozessorientierter Begleitung, Beratung & Therapie*
- *Praktische Übungen zum Umgang und zur Veränderung von Gefühlen & Emotionen*

*Alle Tools werden in Theorie & Praxis demonstriert sowie auch selbst in eigener praktischer Erfahrung angewendet. Grundvoraussetzung für das Seminar sollte eine Bereitschaft zu eigener aktiver Beteiligung an den Übungen und Selbstreflektion sein*

### Seminarzeiten

**Modul I** – 20. - 22. Januar 2021 – Mi. 13 – 19 h, Do. 10 – 18 h & Fr. 9 – 16 h

**Modul II** – 03. - 05. März 2021 – Mi. 13 – 19 h, Do 10 – 18 h & Fr 9 – 16 h

### Gebühr

**340 €** je Modul in 2 Raten bzw. **650 €** Gesamt Einmalzahlung

**320 bzw. 600 €** bei Anmeldung bis zum 26. November 2020 (beide Module sind nur gemeinsam buchbar)

### Veranstaltungsort

„Lebensraum“

Kim Saskia Heckens

Österstr. 39 - 25704 Meldorf

Telefon 0 48 32 / 978 80 80

E-Mail [info@naturheilpraxis-heckens.de](mailto:info@naturheilpraxis-heckens.de)



# Praxis für Systemische Therapie und Naturheilkunde

Kim Saskia Heckens - Heilpraktikerin  
Trauma | Bindung | Resilienz

Weiterbildung 2021

S.2/6

## Gefühle & Emotionen – Von der Co-Regulation zur Selbstregulation

*Beide Module sind als Bildungsfreistellungsveranstaltung / Bildungsurlaub in SH, HH, Berlin, Mecklenburg-Vorpommern, Saarland anerkannt (Niedersachsen beantragt)*

**Modul I – 20. - 22. Januar 2021**

**Modul II – 03. - 05. März 2021**

### Inhalt & Gliederung

#### **Modul I von Mittwoch bis Freitag**

- Was sind Gefühle & Emotionen?
- Das 3-gliedrige Gehirn
- Einführung Polyvagaltheorie
- 3 Zustände & Hierarchie des Autonomen Nervensystems
- Einfluss frühkindlicher Bindungserfahrungen auf das ANS
- Von der Co-Regulation zur Selbstregulation
- Welchen biologischen Sinn haben Gefühle & Emotionen?
- Primärgefühle, Sekundärgefühle & instrumentelle Gefühle
- Emotionsfokussierte und prozessorientierte Arbeit
- Praxis in der Einzelarbeit

#### **Modul II von Mittwoch bis Freitag**

- Vertiefung der emotionsfokussierten & prozessorientierten Arbeit
- Ressourcen in der Arbeit mit Gefühlen & Emotionen
- Trauma, Gefühl & Emotionen
- Vermeidung von Gefühlen & Emotionen
- Gefühle & Emotionen als Hinweis und Motivation im Zentrum des Prozesses
- Praxis in der Einzel- & Gruppenarbeit

Vermittelt wird in Form von Theorieeinheiten, praktischer Fallarbeit, praxisbezogenen Übungen für Einzel- und Gruppensettings.



# Praxis für Systemische Therapie und Naturheilkunde

Kim Saskia Heckens - Heilpraktikerin  
Trauma | Bindung | Resilienz

Weiterbildung 2021

S.3/6

## Gefühle & Emotionen – Von der Co-Regulation zur Selbstregulation

*Anerkennung als Bildungsfreistellungsveranstaltung (Bildungsurlaub) nach dem WBG Schleswig-Holst., Hamburg, Berlin, Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern & Saarland (Niedersachsen beantragt)*

### 1. Inhalte der Fortbildung

**Systemische Weiterbildung** für Teilnehmer aller beratenden, begleitenden und therapeutischen Berufe. Ziel dieser Weiterbildung ist den Umgang mit Gefühlen & Emotionen in der Beratung, Therapie & Begleitung zu vertiefen - mit den eigenen und denen unseres Gegenübers und somit Empathie und Selbstempathie als Grundvoraussetzung in begleitenden Berufen zu erlangen.

### 2. Umfang der Fortbildung & Termine

Die Fortbildung findet in einem **Zeitraum von 2 x 3 Tagen – Modul I & Modul II von Mi - Fr) jeweils Tag 1 von 13 – 19 h, Tag 2 von 10 – 18 h & Tag 3 von 9 – 16 h statt**

Beide Module sind nur gemeinsam buchbar.

2021

**Modul I - 20. - 22. Januar 2021 (Mi- Fr)**

**Modul II - 03. - 05. März (Do - Sa)**

### 3. Kosten & Gebühren der Weiterbildung

Die Kosten der Weiterbildung sind wie folgt zahlbar:

- Als **einmalige Summe** im Voraus in Höhe von **650 €** zahlbar zum 23. Dezember 2020
- **Ratenzahlung** in 2 Raten in Höhe von **340 €** zum 23. Dezember 2020 & 03. Februar 2021
- **320 bzw. 600 €** bei Anmeldung bis zum 26. November 2020

Die Seminargebühr ist nach Erhalt der Rechnung, spätestens 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltung, zu zahlen.

Die Seminargebühr versteht sich ohne Mahlzeiten – Wasser, Tee & Kaffee für die Pausen steht kostenlos während der gesamten Seminarzeit zur Verfügung.

### 4. Seminarort & Anreise

Die Module finden im Seminarraum „**Lebensraum**“ in der Österstraße 39, **25704 Meldorf** statt. Die Anreise der Teilnehmer erfolgt eigenverantwortlich und auf eigene Kosten.

**Anreise mit dem PKW:** Von Norden und Süden über die BAB 23 Abfahrt Albersdorf/Meldorf. Von dort sind es 12 km bis zum Seminarort, bzw. etwa 10 min Autofahrt über Bargenstedt und Nindorf. Oder von Süden kommend BAB 23 Abfahrt Schafstedt. Von dort sind es etwa 15 km und 15 min Fahrzeit.

**Anreise mit der Bahn:** Der nächste Bahnhof ist „Meldorf“. Von dort sind es etwa 5 – 10 Gehminuten zum Seminarraum.

Eine **Liste mit Unterkünften** oder Hotels geht bei Anmeldung an die Teilnehmer raus.

## 5. Teilnahmebedingungen

Die Ausbildung ist konzipiert für Teilnehmer aus begleitenden, beratenden, pädagogischen und therapeutischen Berufen. Eine normale körperliche, geistige und psychische Belastbarkeit ist Voraussetzung für eine Teilnahme.

Die Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich. Bei Übungen mit Selbsterfahrungscharakter sollte der Teilnehmer in der Lage sein, eigene Grenzen zu erkennen und diese zu wahren.

Eine Haftung für gesundheitliche Schäden durch die Veranstalterin / Referentin ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt und besteht im Übrigen nicht. Der Teilnehmer ist informiert über die Kontraindikation dieses Kurses bei Vorliegen psychischer Störungen, unerkannter oder auch nicht erkennbarer Art. Als Teilnehmer bin ich verpflichtet die Seminarleitung über medikamentöse Behandlung, aktuelle oder frühere psychische Erkrankungen und stationäre Aufenthalte zu informieren.

Die Leitung / Referentin ist berechtigt, Teilnehmer in besonderen Fällen, z.B. Zahlungsverzug oder Störung der Veranstaltung und des Betriebsablaufs, von der weiteren Teilnahme auszuschließen. Anspruch auf Zahlungserstattung bzw. Rückerstattung besteht in diesem Falle nicht.

## 6. Anmeldung

Die Anmeldung ist **verbindlich** und obliegt den u.a. Rücktrittsbedingungen. Anmeldung bitte bis **23. Dezember 2020** in schriftlicher Form eines Anmeldeformulars (bei der Leitung erhältlich). Erst ein von der Leitung gegengezeichneter Vertrag gilt als verbindlich.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung und Rechnung.

## 7. Leitung

Die Leitung der Fortbildung erfolgt durch die Anbieterin selbst.

## 8. Rücktritt, Widerrufsrecht & Erstattung

Die Anmeldung kann innerhalb von 14 Tagen nach Anmeldung ohne Angabe von Gründen widerrufen werden. Der Widerruf muss in Textform (z.B. Brief, Fax, E-Mail...) an die Adresse der Leitung erfolgen. Das Widerrufsrecht erlischt, wenn die 14-tägige Frist in den Weiterbildungszeitraum fällt und/oder das Weiterbildungsangebot bereits teilweise in Anspruch genommen wurde.

Eine Kündigung oder ein Rücktritt während der Laufzeit der Gruppe ist ausgeschlossen.

Ein Rücktrittsrecht besteht nur bis zum 23. Dezember 2020. Bei späterem Rücktritt ist die volle Kursgebühr zu entrichten.

Bei Rücktritt vor dem 23. Dezember 2020 wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 50 € berechnet.

Für Termine, die z.B. aus Krankheitsgründen von Seiten der Leitung nicht stattfinden können, werden den Teilnehmern Ersatztermine angeboten. Für weitere entstandene Kosten für Anreise, Unterkunft usw. kann nicht gehaftet werden.

Für Termine, die von Seiten der Teilnehmer nicht besucht werden können, werden keine Kosten erstattet. Die Seminargebühr wird in diesem Falle zu 100 % einbehalten und es besteht kein Anspruch auf Nachholung der Veranstaltung.

## 9. Datenschutz

Alle persönlichen Daten der Teilnehmer werden vertraulich behandelt. Die Daten werden nicht an Dritte weitergeben und ausschließlich für interne Zwecke der Betreuung, Information und Begleitung der Fortbildungs- und Weiterbildungsmaßnahme verwendet, z.B. für die Versendung aktueller Kursinformationen.

Durch die Anmeldung erklärt sich der/die Teilnehmer\_in mit der Be- und Verarbeitung seiner/ihrer personenbezogenen Daten zu den oben genannten Zwecken einverstanden.

Durch die Anmeldung wird der Versendung unseres Newsletters an die angegebene E-Mail Adresse zugestimmt. Die Abbestellung des Newsletters kann per E-Mail oder telefonisch erfolgen.

## 10. Teilnahmebescheinigung & Zertifikat

Jeder Teilnehmer erhält zum Ende der Veranstaltung eine Teilnahmebescheinigung mit der Angabe der vermittelten Lehrinhalte sowie der entrichteten Veranstaltungsgebühr.

Jeder Teilnehmer erhält nach kompletter Teilnahme aller Module ein Fortbildungs-Zertifikat mit der Bezeichnung „Weiterbildung Gefühle & Emotionen – Von der Co-Regulation zur Selbstregulation“.

## 11. Vertragswirksamkeit

Im Falle der Unwirksamkeit einzelner Klauseln dieser Teilnahmebedingungen bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen unberührt.

## 12. Bild & Tonaufnahmen, Kursmaterial

Zum persönlichen Schutze alle Beteiligten sind während der gesamten Veranstaltung Bild- oder Tonaufnahmen jeglicher Art untersagt. Bildaufnahmen von Präsentations- oder Flipchartvorlagen bedürfen einer ausdrücklichen Erlaubnis durch die Referentin. Bildliches oder schriftliches Kursmaterial darf nicht an Dritte weitergereicht oder in Online-Form veröffentlicht oder weitergereicht werden.

## 13. Fördermöglichkeiten

Ich wurde über folgende Fördermöglichkeiten aufgeklärt:

### **Anerkennung als Bildungsfreistellungsveranstaltung**

Diese Weiterbildung " ist in verschiedenen BL als **Bildungsurlaub** beantragt

[https://www.schleswig-holstein.de/DE/Fachinhalte/B/bildungsurlaub/Bildungsurlaub\\_HT.html](https://www.schleswig-holstein.de/DE/Fachinhalte/B/bildungsurlaub/Bildungsurlaub_HT.html)

### **Bildungsprämie (50 % Zuschuss)**

Dies Seminar kann zu 50 % mit dem **Prämiengutschein der Bildungsprämie** bezuschusst werden.

Nähere Infos unter <https://www.bildungspraemie.info/de/weiterbildungsinteressierte-17.php>

Weiterbildungberatung SH - Herr Mewes 04852 - 83 84 23

Weiter Bundesländer bitte jeweils vor Ort erfragen.

Kontakt zu Investitionsbank Schleswig-Holstein:

**IB.SH - Fleethörn 29-31 - 24103 Kiel**

Telefon : 0431 - 99 05-22 22

E-Mail: foerderprogramme[at]ib-sh.de

Quelle und weitere Informationen: [www. ib-sh.de](http://www.ib-sh.de)



# Praxis für Systemische Therapie und Naturheilkunde

Kim Saskia Heckens - Heilpraktikerin  
Trauma | Bindung | Resilienz

S.6/6

Anmeldung

**Weiterbildung 2021**

## Gefühle & Emotionen – Von der Co-Regulation zur Selbstregulation

**Datum**  **20. - 22. Januar 2021 (Mi - Fr)**  
**Modul I**

**03. - 05. März 2021 (Mi-Fr)**  
**Modul II**

Beide Module sind nur gemeinsam buchbar

**Seminarzeiten** Mi. 13 – 19 h, Do. 10 – 18 h & Fr. 9 – 16 h

**Ort** „Lebensraum“ 25704 Meldorf

**Gebühr**  **Einmalzahlung 650 €** bzw.  
600 € bis zum 26.11.2020  
 **2 Raten zu je 340 €** bzw.  
2 Raten zu je 320 € bei Anmeldung bis zum 26.11.2020

Bitte erwünschte Zahlungsweise ankreuzen

**Name** \_\_\_\_\_

**Straße** \_\_\_\_\_

**Plz, Ort** \_\_\_\_\_

**Telefon/ Mobil** \_\_\_\_\_

**E-Mail** \_\_\_\_\_

**Geb.-Datum** \_\_\_\_\_

**Beruf** \_\_\_\_\_

Hiermit melde ich mich zu oben stehendem Seminar verbindlich an:

**Unterschrift** \_\_\_\_\_

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich die Teilnahmebedingungen gelesen habe und sie akzeptiere. Meine Anmeldung ist erst verbindlich nach Bestätigung durch die Seminarleitung.