

# Jahresprogramm 2010

DEUTSCHER ARBEITSKREIS FÜR KONZENTRATIVE BEWEGUNGSTHERAPIE (DAKBT) e.V.



## KBT® GRUPPENSELBSTERFAHRUNG Langfristig

**BRIGITTE  
EULENPESCH  
UND  
ROLAND  
BRÜCKL**

### **Mit KBT ins Leben gehen**

Die Gruppe ist offen für Frauen und Männer, die nach einem Klinikaufenthalt weiter Begleitung suchen. Sie ist auch offen für Menschen, die mehr über sich erfahren und aktiv ihre LEBENSQUALITÄT VERBESSERN WOLLEN.

Mögliche Themen sind:

- Wahrnehmen und Annehmen
- Ein gutes Selbstwertgefühl entwickeln
- Grenzen erkennen und sicher damit umgehen
- Konfliktfähigkeit fördern und Freude an der Auseinandersetzung entdecken
- Den eigenen Weg finden und verwirklichen, was Sie ‚eigentlich‘ möchten
- In Achtsamkeit und Selbstfürsorge zu leben.

... und natürlich soll alles Raum bekommen, was von Ihnen eingebracht wird.

Termin:	8 - 10 x Jahr (Samstag oder Sonntag, Termine auf Anfrage)
Zeit:	8 Grstd.
Honorar:	€ 95,- pro Tag
Ort:	„Haus am Fluss“, Neu-Ulm
Anmeldung an:	Brigitte Eulenesch, 89077 Ulm und Roland Brückl, 88214 Ravensburg
Anrechenbar für:	Vorerfahrung (1.4 der WBO)