

## Achtsamkeitsbasierte Kognitive Seelsorge & Therapie (AKST) **Grundkurs I „AKST Basiswissen“**

### Seminar 07 (GKI07): „Einführung in die ABC-Methode“

#### Die Themen:

- Primäre Gefühlsreaktionen
- Was muss ich denken...?
- Entautomatisieren
- Sackgasse oder Ziel?
- Der innere Vulkan
- Kognitive Umstrukturierung
- Symptomstress



**Samstag, 08.05.2021, 09.30-13.30 Uhr** und wieder  
**Freitag, 01.07.2022, 15.00-19.00 Uhr**

**Bitte beachten Sie:**  
Die verschiedenen Termine  
bedeuten eine Wiederholung  
der Seminare, also keine  
inhaltliche Fortsetzung!

**Seminargebühr: 60,00 €**

Fördermitglieder im Netzwerk Christliche Lebensberatung erhalten 20 % Rabatt  
Näheres dazu unter [www.christliche-lebensberatung.de](http://www.christliche-lebensberatung.de)

Powerpoint-Präsentation, Gespräch, Diskussion, Fragen

Sie erhalten ein Handout zu den Themen, mit ausführlichem Text Literaturverzeichnis

2 Ausbildungspunkte im ISA-Punktesystem  
(erforderlich zum Abschluss von Modul GKI sind 20 Punkte)

Sie erhalten eine Fortbildungsbescheinigung

Es gibt keine Zulassungsbeschränkungen für die Teilnahme bei diesem Seminar.

#### **Anmeldung**

Institut für Seelsorgeausbildung (ISA)  
Pforzheimer Straße 186  
D-76275 Ettlingen  
E-Mail: [info@isa-institut.de](mailto:info@isa-institut.de)

Bitte geben Sie die genaue Seminarnummer mit Datum an, sowie Ihre Postanschrift, E-Mail-Kontaktadresse und eine Telefonnummer. Danke!