

Programm des Seminars am 16. und 17.11.2018

„Wenn Gedanken und Gefühle krank machen – Methoden der Selbstfürsorge für den Arzt und seine Patienten“

Veranstalter: Arbeitskreis Homöopathie Braunschweig

Organisation: Dr. Gerhild Trusch, Am Köweken 9, 38553 Wasbüttel Tel.: 05374 / 6412

Referentinnen: Dr. Ina Chammah, Dr. Elga Kunz, Dr. Gerhild Trusch, Heike Roloff

Freitag, 16. November 2018

- 16:00 -16:15 Uhr Begrüßung, 5 Minuten in die Stille gehen
Vorstellung der Referenten, kurzes Kennenlernen der Teilnehmer
Moderation: Dr. Gerhild Trusch
- 16:15 - 17:15 Uhr Einführung ins Thema: Methoden der Selbstfürsorge für den Arzt und seine Patienten
Ziele dieses Seminares:
- Zusammenhang zwischen verdrängten, betäubten, unterdrückten, unangenehmen Gedanken und Gefühlen und Krankheitsentwicklung darstellen
- Wie gehen wir selber mit unangenehmen Gedanken und Gefühlen um?
- Wie beteiligt sich die Medizin an Verdrängungsmechanismen und wird somit zum Wegbereiter chronischer Krankheiten?
- Wir wollen Mut machen zu einem aktiven Umgang mit unangenehmen Gedanken und Gefühlen.
- Wir werden praktisch umsetzbare Wege und Methoden aufzeigen, mit denen das gelingen kann.
- Damit wird durch Bewusstheit und bewusstes Handeln effektive Prävention geleistet.
Referentin: Dr. Gerhild Trusch
- 17:15 -17:45 Uhr Pause
- 17:45 - 19:15 Uhr Einführung in die Grundtechniken der Meditation und Darstellung der Acht Bewusstseinsarten im Buddhismus
Meditation
Referentin: Heike Roloff
- 19:15 – 19:30 Uhr Fragen, Rückmeldungen und Wünsche für den nächsten Tag

Samstag, 17. November 2018

- 09:30 - 09:45 Uhr Fünf Minute Stille, Rückmeldungen über den gestrigen Seminartag
Moderation: Dr. Gerhild Trusch
- 09:45 - 11:00 Uhr Einführung in die „Tibetische Klangheilung“
Referentin: Heike Roloff
- 11:00 - 11:30 Uhr Kaffeepause
- 11:30 - 13:00 Uhr Hochsensibilität und Strategien des Umgangs mit Hochsensibilität
Vorstellung relevanter homöopathischer Arzneien und Fallbeispiele
Referentin: Dr. Elga Kunz
- 13:00 - 14:00 Uhr Mittagspause
- 14:00 - 15:30 Uhr Belastende Gefühle in der homöopathischen Praxis – Vorstellung relevanter

homöopathischer Arzneien und Fallbeispiele
Referentin: Dr. Ina Chammah

15:30 - 16:00 Uhr Kaffeepause

16:00 - 17:30 Uhr Einführung in die buddistische „Praxis der vier Unermesslichen“
Referentin: Heike Roloff

17:30 - 18:00 Uhr Diskussion, Erfahrungsaustausch, Abschluss