

Was ist Hypnose und wie wird sie sinnvoll genutzt?

Vortrag: Marianne Bortz **2140**
Dienstag, 08. Oktober 2019, 20 bis 21.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Glückstraining

Kurzseminar: Claudia Westhäuser **2143**
Freitag, 11. Oktober 2019, 18 bis 21 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 14 Euro; ermäßigt 9,80 Euro

Neurolinguistisches Programmieren (NLP) * Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Dietmar Horn **2145**
Montag, 21. Oktober, bis Donnerstag,
24. Oktober 2019, jeweils 9 bis 16 Uhr, 4 Tage
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Entgelt: 162,90 Euro; ermäßigt 115,86 Euro

Anleitung zur Selbsthypnose

Kurs: Marianne Bortz **2148**
Dienstags, 29. Oktober bis 12. November 2019,
jeweils 20 bis 21.30 Uhr, 3 Abende
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 27,40 Euro; ermäßigt 21,01 Euro

Emotionen handhaben mit wingwave®-Coaching

Vortrag: Andrea Mergel **2147**
Dienstag, 29. Oktober 2019, 19 bis 21 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Mit Angst mutig umgehen

Vortrag: Dr. Erich Schechner **2150**
Mittwoch, 30. Oktober 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Vorschau

"Erfolgsrezepte" für Schule, Studium und Beruf *

Kurs: Fabian Bendlow **2157**
Samstags 09. und 16. November 2019,
jeweils 10 bis 14 Uhr, 2 Vormittage
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Entgelt: 43,98 Euro; ermäßigt 32,62 Euro

Gefühle erkennen *

Tagesseminar: Christoph Janßen **2167**
Samstag, 16. November 2019, 10 bis 17 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Entgelt: 36,88 Euro; ermäßigt 27,65 Euro

Umgang mit schwierigen Menschen *

Tagesseminar: Christoph Janßen **2191**
Samstag, 07. Dezember 2019, 10 bis 17 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Entgelt: 36,88 Euro; ermäßigt 27,65 Euro

* Zusätzlich zum Programmheft - Infos im Internet

Für alle Kurse und Seminare ist eine Anmeldung erforderlich.
Wegen der begrenzten Teilnehmendenzahl empfehlen wir, sich auch für Vorträge anzumelden.
Auch können wir Sie dann über eventuelle kurzfristige Änderungen informieren.

Auskünfte erteilt Ihnen gerne:

Dr. Adrian Reinert
Fachbereich Lebensgestaltendes Lernen
Volkshochschule der Bundesstadt Bonn
Haus der Bildung, Mülheimer Platz 1
53111 Bonn

Telefon: 0228 - 77 36 31
Fax: 0228 - 77 36 71
E-Mail: Dr.Adrian.Reinert@bonn.de

Ausführliche Informationen zu diesen und vielen anderen Veranstaltungen „Psychologie und Persönlichkeit“ finden Sie im Programmheft auf den Seiten 52 bis 61 und im Internet unter www.vhs-bonn.de

Herausgeber: Der Oberbürgermeister der Bundesstadt Bonn,
Volkshochschule/Presseamt, Titelfoto: pixabay / lizenzfrei,
Auflage 600, Juni 2019, gedruckt auf 100% Recyclingpapier,
zertifiziert mit dem Blauen Engel



Entscheidungen leichter fällen

Kurzseminar: Dr. Adrian Reinert **2103**
Dienstag, 03. September 2019, 18 bis 21 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 12 Euro; ermäßigt 8,40 Euro

Resilienz: Das Geheimnis psychischer Stärke

Vortrag: Julian Christopher Kübler **2104**
Freitag, 06. September 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Stärken Sie Ihre mentale Fitness

2-teiliger Workshop: Ludwig W. Uhlmann **2106**
Dienstags 10. bis 17. September 2019,
18 bis 20 Uhr, 2 Abende
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 25,02; ermäßigt 19,34 Euro

Glück kann man nicht kaufen - oder doch?

Vortrag: Christian Brünger **2107**
Freitag, 13. September 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Resilienzkompetenz aktivieren

Kurs: Julian Christopher Kübler **2109**
Samstags 14. September und 09. November 2019,
jeweils 10 bis 13 Uhr, 2 Vormittage
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Entgelt: 34,50 Euro; ermäßigt 25,98 Euro

Eigene Stärken entdecken und entwickeln

Wochenendseminar: Alexandra Schreiner **2110**
Samstag, 14. September, und
Sonntag, 15. September 2019, jeweils 10 bis 14 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 43,98; ermäßigt 32,62 Euro

Das Aura-Prinzip

Tagesseminar: Ralph M. Bloemer **2111**
Samstag, 14. September 2019, 10 bis 17 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Entgelt: 34,50 Euro; ermäßigt 25,98 Euro

Praxisorientierte Einführung in das Neurolinguistische Programmieren (NLP)

Tagesseminar: Dieter Grégorie **2112**
Sonntag, 15. September 2019, 9.30 bis 17.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Entgelt: 43,22 Euro; ermäßigt 33,28 Euro

ACT: Mit Achtsamkeit neue Lebenschancen verwirklichen

Workshop: Dieter Weiser **2113**
Sonntag, 15. September 2019, 9.30 bis 16.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Entgelt: 34,50 Euro; ermäßigt 25,98 Euro

Die Kunst des Gelingens: Vom Vorsatz zur Tat

Vortrag: Julian Christopher Kübler **2115**
Mittwoch, 18. September 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Schnupperworkshop Gewaltfreie Kommunikation

Workshop: Stefan Voth **2116**
Mittwoch, 18. September 2019, 18 bis 21.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 22,68 Euro; ermäßigt 17,71 Euro

Zufrieden auch mit weniger Geld

Infonachmittag **2117**
Freitag, 20. September 2019, 15 bis 15.45 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Entgeltfrei; Anmeldung empfohlen
Kurs: Nanda Pieterse **2142**
Freitags 11. Oktober, 15. November und
13. Dezember 2019, 15 bis 16.30 Uhr, 3 Nachmittage
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Entgelt: 27,40 Euro; ermäßigt 21,01 Euro

Hochsensibilität, was ist das?

Vortrag: Anna Kötting **2118**
Freitag, 20. September 2019, 18 bis 20 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Lebenslust entwickeln mit Lachyoga

Tagesseminar: Sammy Boroumand **2121**
Sonntag, 22. September 2019, 10.30 bis 16.30 Uhr
VHS Bad Godesberg, Am Michaelshof 2, Raum 15
Entgelt: 31,78 Euro; ermäßigt 24,68 Euro

Psychische Störungen des Menschen Eine Einführung

Vortrag: Barbara Sanne **2123**
Montag, 23. September 2019, 18 bis 20 Uhr
VHS Bad Godesberg, Am Michaelshof 2, Raum 05
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Gruppentraining sozialer Kompetenzen

Infoabend **2125**
Dienstag, 24. September 2019, 18 bis 19 Uhr
Entgeltfrei; Anmeldung empfohlen
Kurs: Andreas Bergmann **2126**
Dienstags 29. Oktober bis 10. Dezember,
jeweils 18 bis 19.30 Uhr, 7 Abende
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 59,30 Euro; ermäßigt 43,34 Euro

Selbstakzeptanz - Schritte zum besseren Annehmen der eigenen Person

Tagesseminar: Eva Schürlein **2128**
Mittwochs 25. September, 2. und 30. Oktober 2019,
jeweils 18 bis 20 Uhr, 3 Abende
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Entgelt: 34,50; ermäßigt 25,98 Euro

Konflikte positiv (auflösen)

Vortrag: Thomas Titze **2202**
Freitag, 27. September 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

"Strongly forward" - Mein Weg

Workshop: Christoph Kreiss **2132**
Samstag, 28. September 2019, 10 bis 17 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Entgelt: 34,50; ermäßigt 25,98 Euro

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - Einführungsseminar

Wochenendseminar: Stefan Voth **2130**
Freitag, 27. September, 19 bis 21 Uhr,
Samstag, 28. September, 10 bis 18 Uhr,
Sonntag, 29. September 2019, 10 bis 16 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Entgelt: 72,38; ermäßigt 52,50 Euro

Die eigene Vielfalt als Ressource Das Innere Team in Aktion

Tagesseminar: Angela Ehlert **2133**
Samstag, 28. September 2019, 10 bis 17 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Entgelt: 34,50 Euro; ermäßigt 25,98 Euro

Selbstwahrnehmung trifft Fremdwahrnehmung

Workshop: Jutta Großkinsky **2135**
Sonntag, 29. September 2019, 11 bis 17 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 32,12 Euro; ermäßigt 24,31 Euro

Flirten, daten und verlieben

Tagesseminar: Niklas Dülling **2136**
Sonntag, 29. September 2019, 10 bis 18 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Entgelt: 39,22 Euro; ermäßigt 29,28 Euro

Wege aus der Perfektionismus-Falle

Vortrag: Sandra Knümann **2137**
Dienstag, 01. Oktober 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich

Wir sind mehr als wir denken: Die Methode der Wertimagination

Vortrag: Magda Van Cappellen **2139**
Dienstag, 08. Oktober 2019, 18 bis 19.30 Uhr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Entgelt: 6 Euro / Keine Ermäßigung möglich