

Inhalte Basiskurs II

- Erkennen einschränkender Verhaltensmuster, die eine Veränderung behindern
- Verwandlung hinderlicher Gewohnheiten zum Positiven
- Kreative Entwicklung zu ersten Schritten, um Wünsche und Ziele wahr werden zu lassen
- Formulierung von Leitsätzen, die zu neuen Handlungsweisen im Lebensalltag ermutigen
- Unterstützung durch andere Teilnehmer*innen
- Emotionale Kompetenz

Anmeldung, Informationen, Sonstiges

Christa-Maria Röttger

Systemische Familientherapeutin,
Mediatorin, Co-Counselling-Trainerin.

Tel.: 02361-937 79 74, 0170-475 08 75,

Mail: christamaria.roettger@gmx.de



Vera Vortkamp

Dipl.-Sozialarbeiterin mit Erfahrungen in
der Psychosomatik, Co-Counselling-Trainerin

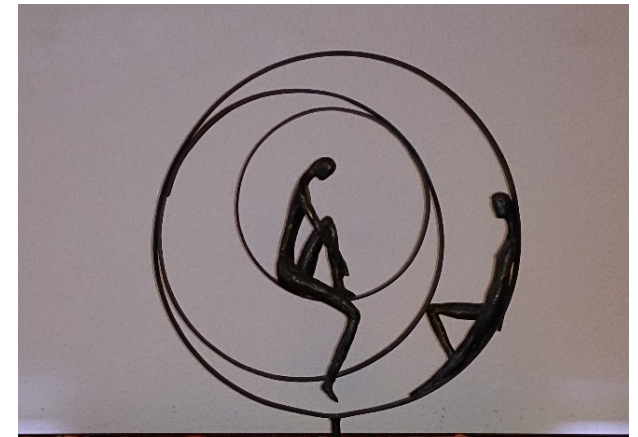
Tel.: 0211-248 55 608, 0178-293 74 10,

Mail: vera.huels@gmx.de



Co-Counselling Basiskurs II

28. und 29. August 2026
4. September 2026



Mit freundlicher Unterstützung



**HAUS
KLOPPENBURG** Zentrum für psychologische
und soziale Arbeit

www.haus-kloppenburg.de

Co-Counselling bedeutet mit sich selbst zur Rate gehen.

Mit dieser Selbsthilfemethode, die auf unterschiedlichen Methoden (Psychoanalyse, Gestalttherapie, Bioenergetik, Psychodrama) basiert, werden wir dazu befähigt unsere Gefühle und Empfindungen wahrzunehmen und ihnen einen Ausdruck zu verleihen.

Dies ermöglicht uns, emotionalen Stress zu bewältigen und damit Entspannung und Lebensfreude zu fördern. Wir alle entwickeln im Laufe unseres Lebens Strategien im Umgang mit z. T. belastenden Situationen und anderen Menschen.

Diese Denk- und Verhaltensmuster entstanden oftmals in der prägenden Zeit, (der Kindheit). Im Laufe unseres Lebens konnten wir unterschiedliche Bewältigungsmuster für uns erarbeiten.

Wir vermitteln ein Handwerkszeug zur Wahrnehmung eigener Bedürfnisse, sowie zur Entwicklung von neuen Denk- und Verhaltensmustern bei der Verarbeitung von belastenden Lebenssituationen.

Deine Potenziale verhelfen dir zu mehr Selbstbewusstsein, wodurch es dir gelingt leichter und kreativer den Alltag zu gestalten.

Co-Counselling

Basiskurs II (Teil 1)

Freitag 28.08.2026 von 16.00 bis 20 Uhr

Samstag 29.08.2026 von 10.00 bis 18.00 Uhr

Basiskurs II (Teil 2)

Samstag 05.09.2026 von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Ort

Spitzwegstraße 22
45659 Recklinghausen



Bitte in bequemer Kleidung und Schuhe zum Kurs erscheinen und eventuell eine Uhr oder Timer mitbringen.

Kosten

Basiskurs II 200,-€

Bei finanziellen Schwierigkeiten sprechen kannst du uns gerne ansprechen, da eine Förderung möglich ist.

Wir können lachen und weinen,
und zuweilen und zuweilen weinen wir,
als könnten wir nie wieder lachen,
oder wir lachen so herzlich,
als hätten wir nie vorher geweint.

Erich Kästner

(aus Als ich ein kleiner Junge war)