

**Nr. 200204 | Kurzkurs****„Der Angst begegnen. – Vom befreienden Umgang mit einem schwierigen Gefühl.“**

am Do. 09.10.2025 von 18.00-21.00 Uhr

Persönliche Schicksalsschläge und die unsichere Weltlage machen Angst. Angst macht uns auf Gefahren aufmerksam. Sie kann verhindern, dass wir verletzt werden und uns helfen, vernünftige Risiken einzugehen. Angst kann uns aber auch lähmen und Hoffnungen ersticken. Im Seminar erschließen wir:

- was Angst bewirkt, wie sie uns nutzt und wie sie uns schadet
- wie wir mit der Angst als Teil des Lebens umgehen können
- was uns Geschichten aus der christlichen Tradition über den Umgang mit Angst zeigen
- wie wir eine Person, die Angst hat, hilfreich begleiten können.

Leitung: Thilo Auers, Pfarrer, systemischer Berater, Coach und Supervisor (DGSF, IGSV),
www.thiloauers.com

Kursort: eckstein, Nürnberg

Teilnehmer: mind. 6

Kursgebühr: 40,- €

Anmeldung: bis 22.09.2025

