

# WISSEN, ERFAHREN, ERLEBEN



## Vortrags- und Workshopreihe

Über das Jahr verteilt biete ich verschiedene Vorträge und Workshops an – rund um die Themen Paarbeziehung, Lebensgestaltung, Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung. Ich lade Sie ein, sich inspirieren zu lassen, Neues zu entdecken und sich selbst ein Stück besser kennenzulernen.

### **Jürgen Degner**

Systemischer Einzel-, Paar- und Familientherapeut  
Somatische Emotionale Integration®  
Entwicklungstraumaaarbeit

## Termine 2026

| Datum      | Thema                                                                     |
|------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 09.03.2026 | <b>Kommunikation in der Paarbeziehung</b>                                 |
| 11.05.2026 | <b>Wie unsere Bindungsmuster Beziehungen prägen</b>                       |
| 06.07.2026 | <b>Wenn der Körper spricht –<br/>Wie Körper und Psyche zusammenwirken</b> |
| 07.09.2026 | <b>Selbstregulation –<br/>innere Ruhe und Stabilität im Alltag finden</b> |
| 23.11.2026 | <b>Selbstmitgefühl –<br/>Freundschaft mit sich selbst finden</b>          |

Ich freue mich auf Ihr Kommen und den gemeinsamen Austausch.

|         |                                                                                                                                                                             |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zeit    | 19.00 Uhr bis ca. 20.30 Uhr                                                                                                                                                 |
| Kosten  | 30 € pro Person, für Paare 49 €                                                                                                                                             |
| Kontakt | Jürgen Degner<br><a href="http://www.leben-in-bezug.de">www.leben-in-bezug.de</a><br><a href="mailto:info@leben-in-bezug.de">info@leben-in-bezug.de</a><br>0821 / 747729 50 |