

## Seminarleitung

Dipl.-Psych. Christof Langholf, Jhg. 1963 arbeitet als freiberuflicher Therapeut, Coach und Ausbilder. Er ist Autor des Standardwerkes zur Releasingmethode im Kontext spiritueller orientierter Psychotherapie, „Ich lasse los“.

Christof Langholf lebt in der Nähe von Hildesheim und leitet Seminare und Ausbildungen im gesamten deutschsprachigen Raum.



## Weitere Informationen

Seminarbüro Christof Langholf

Tel. 05065- 9631-68

Fax 05065- 9631-69

Email: mail@cl-releasing.de

www.cl-releasing.de

## Organisatorisches

### Anmeldung

Martina Kahlert, Pfr.  
Strohhammer Str. 2  
94099 Ruhstorf/Rott  
Tel. 08531-32008  
E-Mail: info@zeitzusein.de

### Ort

Alleseins, Hummelweg 3, A-4786 Brunnenthal  
(dt.-öster. Grenze, 13 km südl. von Passau)  
Tel. 0043- (0)7712-35638  
E-Mail: renete.dobler@alleseins.at  
www.alleseins.at

### Zeiten

Fr. 17.45 – 21.30 Uhr, Sa. 9.30 – 13.30 und  
15.30 – 19.00 Uhr, So. 10.00 – 15.00 Uhr

### Kosten

320 € (Seminar incl. schriftlicher Unterlagen)  
Arb.lose 280 €

### Bankverbindung

Empfängerin Martina Kahlert  
BLZ 740 924 00 Volksbank Vilshofen  
KTO 500 305

### Hinweis

Bei Interesse an Zusammenarbeit oder Auftragsseminaren für Teams, Kliniken, Verbände usw. wenden Sie sich bitte an das Seminarbüro Christof Langholf

Weiterbildungs-Seminar für Ärzte  
und Angehörige therapeutischer Berufe

## Integratives Releasing

Einführung in spiritueller-psychologischer  
und energetischer Therapie

Leitung: Dipl.-Psych. Christof Langholf



*Loslassen und innerlich frei werden!*

**19.-21.2.2010**  
**in Brunnenthal (Raum Passau)**

## Releasing

... ist eine sanfte und vielseitig einsetzbare Selbsthilfe- und Therapiemethode. Sie ermöglicht es, sowohl belastende Erinnerungen als auch negative Emotionen und blockierende innere Haltungen loszulassen. Auf diese Weise können seelische Kräfte befreit und für die eigene Gesundwerdung und/oder Persönlichkeitsentwicklung nutzbar gemacht werden. Releasing wurde Ende der 70er Jahre von dem amerikanischen Ehepaar Dr. E. Isa Lindwall und R. Yolanda Lindwall entwickelt und in ca. 40 Ländern gelehrt. Für den Arzt und Chiropraktiker und seine als Lebensberaterin arbeitende Frau war Releasing das Ergebnis jahrzehntelangen Praktizierens und Forschens mit verschiedenen medizinischen, spirituell-psychologischen und energetischen Verfahren.

Der Diplom-Psychologe Christof Langholf war Anfang der achtziger Jahre einer der ersten Schüler der Lindwalls. Er integrierte seit den neunziger Jahren Elemente anderer Therapien sowie Einsichten der systemischen Aufstellungsarbeit in diese Methode. Daraus entstand die von Christof Langholf **Integratives Releasing** genannte Form der Releasingarbeit.

Elemente des Releasing können auf einfache Weise in das medizinisch-therapeutische Gespräch einfließen, um Stress verursachende und den Behandlungserfolg blockierende innere Haltungen des Patienten aufzulösen. In seiner tiefer gehenden Form wird Releasing in speziellen Einzelsitzungen oder Workshops praktiziert.

In diesem Weiterbildungs-Seminar nimmt neben der intellektuellen Wissensvermittlung das Lernen durch Erfahrung einen breiten Raum ein. Die Bereitschaft der Teilnehmer zur Selbsterfahrung wird daher vorausgesetzt.

### Thematische Schwerpunkte

- Menschenbild/ Philosophische und psychotherapeutische Einflüsse
- Die innere Haltung des Releasing-Therapeuten
- Die Phasen und praktischen Grundelemente des Releasing-Prozesses
- Releasing im ärztlichen/therapeutischen Alltag
- Stressverursachende Haltungen erkennen und loslassen

## Nutzen

Die Teilnehmer ...

- erlernen die Grundelemente des Releasing
- können grundlegende Elemente des Releasing nach diesem Seminar selbständig im medizinischen oder therapeutischen Gespräch anwenden
- können an eigenen Themen arbeiten und erhalten Impulse zur eigenen Stress-Reduzierung und Persönlichkeitsentwicklung. Die Folge ist oft eine Zunahme der persönlichen und beruflichen Erfüllung
- können mithilfe der angebotenen Meditationen und praktischen Übungen neue Kraft für Ihren beruflichen Alltag schöpfen
- können bei Interesse dieses Seminar als Grundlage für eine weiterführende Ausbildung in Integrativem Releasing nutzen

## Literatur

Christof Langholf: *Ich lasse los. Innere Heilung und spirituelles Wachstum. Die Releasing-Methode für Laien und Therapeuten*, 3. überarbeitete Auflage Sich-Verlag 2007