



 Psychologie und Psychotherapie

Die Kunst des Loslassens

Loslassen kann jeder lernen – und das effektiv und für jede Lebenslage. Ob Stress im Alltag oder im Job, ob alte Schuldgefühle, Überforderung, Angst, Trauer, Versagen etc. – all das lässt sich wunderbar loslassen, wie die neuesten Stress- und Resilienz-Forschungen beweisen.

Wer nicht loslässt, fühlt sich wie gelähmt, kann nicht klar denken, wird oft krank, hat wenig Lebensfreude, hört die innere Stimme kaum noch und verliert somit die Orientierung im Leben.

Mit den im Seminar vorgestellten erstaunlich einfachen Techniken nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen, können Sie jegliche Art von Stress, Angst und damit auch Leid loslassen.

Durch Übungen festigen Sie diese Techniken, sodass damit auch das Leben Ihrer Klienten/innen in neue Bahnen gelenkt werden kann.

Dieses Seminar ist geeignet für Therapeuten/innen, Berater/innen – bitte beachten Sie den hohen Selbsterfahrungsanteil im Seminar.

Termine

Mo, 22.06.2026
09:00–13:00 Uhr

Mo, 29.06.2026
09:00–13:00 Uhr

[und 3 mehr](#)

Preis

425,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSBIII220626

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 07.04.2026

Dozent

Thomas Kaminski

Jg. 1966, kaufmännische Berufsausbildung, danach tätig in Management und Unternehmensführung. Aus- und Fortbildungen in der Trauer- und Sterbebegleitung, in Achtsamkeit, Kommunikation und Meditation, in der Heiltechnik `Das Körperspiegelsystem` nach Martin Brofmann, `Emotionale Intelligenz` sowie auch `Somatische Intelligenz`. Ausbildung zum Psychologischen Berater und HP Psychotherapie mit Spezifikation `Suchtberatung`. Seit 2019 gibt er kompetent und engagiert sein Wissen als Dozent der Paracelsus Schulen weiter.