

## *Lust Last Lösung Lanzarote* **Coaching auf Lanzarote**

### *leben*

im atlantischen Wetter,  
draußen, in der Stille, im intensiven Kontakt,  
im achtsamen Umgang mit Mensch und Natur

### *spüren*

den Gegensatz und das Zusammenspiel von Gewesenem und Entstehendem,  
von Anziehung und Ablehnung, Angst und Vertrauen, Kraft und Grenze,  
den Reichtum in der Beschränkung

## **Körper und Psyche**

stehen in unserem Coaching-Konzept gleichberechtigt nebeneinander. Die professionelle Begleitung in Fragen der Lebens- und Beziehungsgestaltung ist in einen konzeptionellen Rahmen eingebettet, der körperliches Wohlbefinden und geistige Klarheit fördert und inneren Prozessen Entfaltungsräume öffnet.

**Finca Encanto Lanzarote** bietet optimale Bedingungen für ein entspannt-konzentriertes Bearbeiten aktueller Lebensthematiken. Der Focus der Begleitung für Paare oder Einzelpersonen kann sowohl auf beruflichen wie auf privaten Fragestellungen liegen. Dabei streben wir an, das Spektrum des gewohnten Denkens und Fühlens zu erweitern, den Blick zu öffnen für neue Innensichten und alternative Außenweltbezüge. Wir erreichen dies durch die Kombination bewährter methodischer Elemente, die vorwiegend aus der Humanistischen Psychologie stammen - und durch die gezielte Nutzung eines wirklich paradiesischen Ambientes.

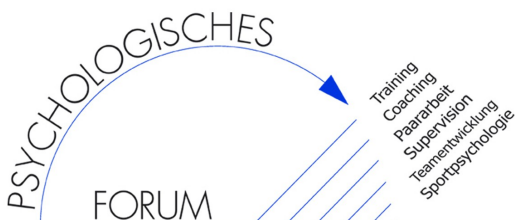
Unser außergewöhnlicher Urlaubs-Arbeits-Ort befindet sich an einem urtümlichen Platz („Cuchillo de la Perra“) im Norden Lanzarotes, inmitten einer grandiosen Fels- und Steinlandschaft. Hier können Sie Abstand gewinnen, Ihren Standort bestimmen und Ihr Thema bearbeiten, eigenen Handlungsmustern nachspüren, sich austauschen und in verstärkten Kontakt mit elementaren Energien kommen.

## **Coaches:**

Jürgen Christen, Dipl.-Psych., PD, Dr. phil.

Hella Gephart, Dipl.-Psych., Prof., Dr. phil.

Oliver König, Soziologe, PD, Dr. phil.



## **Einzelcoaching**

**Mögliche Schwerpunkte:** Berufliche/private Lebensplanung, Körper, Gesundheit

**Einzelcoaching auf Lanzarote** empfiehlt sich, wenn Ihre Problemstellungen individuell und komplex sind, wenn Sie eine Auszeit für Klärung und Erholung wollen, wenn eine kurze Beratung zu wenig und eine Psychotherapie zu viel wäre, wenn im alltäglichen Umfeld der Entwurf kreativer Lösungen nicht gelingt.

Selbstreflexion ohne jede Ablenkung, mit einfühlsamer, professioneller Begleitung.

Das Naturerlebnis begünstigt die Auseinandersetzung mit elementaren Fragen, die Distanz zum (beruflichen) Alltag erleichtert Bilanz, Analyse und Veränderungsplanung.

In der Stille ursprünglicher Landschaft und durch den Austausch mit Ihrem professionellen Coach erfahren Sie Revitalisierung und Neuorientierung, schärfen Ihre Sinne und kommen zur Ruhe. Sie öffnen sich Ihren inneren Prozessen, um gelassen zu werden und Wesentliches (wieder) zu erkennen. Ihr Coach steht Ihnen mit ungeteilter Aufmerksamkeit und wirksamen Methoden zur Verfügung. Die gedankliche und emotionale Klärung wird auf Wunsch durch Körperarbeit/Yoga/Einsatz von Entspannungsverfahren unterstützt.

### **Leistungen und Kosten:**

Unterbringung im Blockhaus (1 Person / 1 Woche), 9 Arbeitseinheiten (60 min.).  
Individuelle Terminvereinbarung.

**1.520 €/Woche**

---

#### **„Kleingedrucktes“:**

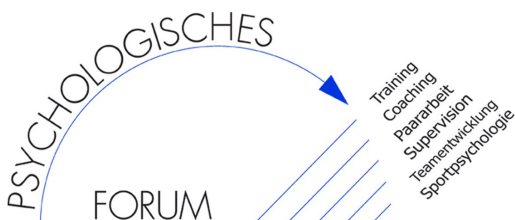
Im Angebotspreis sind Endreinigung und Steuern bereits enthalten.

Zusätzliche Unterkunft einer Begleitperson im Blockhaus (1 Woche) kostet 105 €, eine Verlängerungswoche (nur Unterkunft) kostet 350 € (1 Person) bzw. 455 € (2 Personen).

Ein Mietwagen kann auf Wunsch gern vermittelt werden (Endpreis ab ca. 160 € pro Woche).

Nur während der Haupt-Ferienzeiten kommt ein Zuschlag hinzu. Mehrkosten für spezielle Ausgestaltungen des Arbeitsprozesses, für besondere Transfers, Exkursionen, Zusatzangebote etc. auf Anfrage.

Zusätzlich gewünschte Sitzungen berechnen wir mit 135 €/Stunde.



## ***Trennung oder neue Chance?***

### ***Paarcoaching***

Der Nutzen, den Paare aus einem Paarcoaching ziehen können, hängt maßgeblich davon ab, wieweit aktuelle und konkrete Einblicke in Interaktionsprozesse des Paares möglich werden. Vieles spricht dafür, dass solche Einblicke in alltagsfernen Situationen reiner und tiefgreifender zu gewinnen sind („Urlaubsphänomen“).

***Paarcoaching auf Lanzarote*** ist der optimale strukturelle Rahmen für die kompakte und intensive Bearbeitung von Beziehungsdynamiken im Urlaub.

Ihr Coach analysiert sorgfältig, begleitet behutsam und interveniert professionell; das Konzept beinhaltet eine Woche nahes Zusammenleben bei weitreichender Abschirmung gegenüber ungewollten äußeren Einflüssen - im Wechsel von Reflexion und Erleben, von Beziehungsarbeit und Entspannung.

Die Zielbestimmung des Arbeitsprozesses nehmen wir gemeinsam vor. Im weiteren Verlauf geht es in der Regel um das Erkennen eingefahrener Interaktionsmuster und um ein neues Verstehen der Hintergründe und Wirkungen. Darauf aufbauend wird eine Gegenüberstellung der Chancen und (psychischen) Kosten von Konstanz und/oder Veränderung (in) der Beziehung erarbeitet, die Entwicklung von Handlungsalternativen kann sich anschließen.

### ***Leistungen und Kosten:***

Unterbringung im Blockhaus (2 Personen / 1 Woche), 12 Arbeitseinheiten (60 min.).  
Ein Termin wird mit dem interessierten Paar individuell vereinbart.

**2.040 € /Paar/Woche**

#### ***„Kleingedrucktes“:***

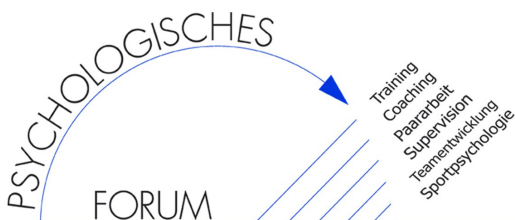
Im Angebotspreis sind Endreinigung und Steuern bereits enthalten.

Verlängerungswoche ( nur Unterkunft) 455 €.

Ein Mietwagen kann auf Wunsch gern vermittelt werden (Endpreis ab ca. 160 € pro Woche).

Nur während der Haupt-Ferienzeiten kommt ein Zuschlag hinzu. Mehrkosten für spezielle Ausgestaltungen des Arbeitsprozesses, für besondere Transfers, Exkursionen, Zusatzangebote etc. auf Anfrage.

Zusätzlich gewünschte Sitzungen bzw. den Einsatz eines zweiten Coaches vor Ort berechnen wir mit 135 €/Stunde.



## **Lanzarote**

ist die östlichste Insel des kanarischen Archipels; sie ist geprägt durch Lava und Licht. Zahlreiche Vulkankegel, bizarre Lavatäler und stille Mondlandschaften begünstigen das Aufsteigen innerer Bilder, ihre Zeitlosigkeit erinnert an den Ursprung des Lebens und zugleich an seine Begrenztheit.

Bestimmt der Vulkanismus das Leben auf dem Boden der Insel, so ist es in der Luft der Nordost-Passat. Hunderte von Kilometern streicht dieser befreiende Wind nur über das Meer, ohne Berührung mit Staub oder Abgas. Passat, Äquatornähe und Golfstrom verschaffen Lanzarote eines der gesündesten und beständigsten Klimata der Erde.

Charakteristisch für den grünen Norden Lanzarotes ist der schroff bis auf ca. 500 m aus dem Atlantik aufsteigende „*Risco de Famara*“, an dem sich gelegentlich Wolken fangen, die dem Norden den seltenen Regen bringen. Hier finden sich auch die eindrucksvollsten natur-architektonischen Werke *C. Manriques*, dem die Insel wesentlich die Wahrung ihrer eigenständigen Kultur verdankt.

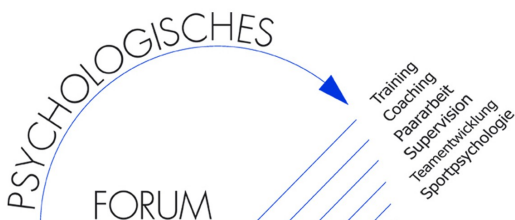
***Finca Encanto*** befindet sich weitab von den Zentren des Massentourismus, ca. 3 km hinter der Nordspitze der Insel, auf 100 m Höhe mitten im Naturschutzgebiet der Lava- und Schlackefelder „*Malpais de la Corona*“. Casa Encanto verfügt über verschiedene ausgestaltete Plätze zwischen Felsen und besteht aus mehreren kleinen, einfach gehaltenen Gebäudekomplexen in ländlichem Stil, umgeben von Feigen, Kakteen, Palmen, wilden Geranien und Wolfsmilchgewächsen.

Die Anlage ist wasser- und solar-energetisch autark, eine naturverbundene und nachhaltige Lebensweise deshalb selbstverständlich. Sie haben ein zwischen Felsen verstecktes Blockhaus zu Ihrer Verfügung: Wohn-Schlafzimmer, Küchenzeile, Terrasse, Internet-Zugang (W-Lan) plus separates Bad-Blockhaus mit Dusche, Toilette, Bidet, alles mit schlicht-schöner Einrichtung.

Wenn Ihnen eine Unterbringung im Blockhaus nicht zusagen sollte, werden wir Ihnen gern eine andere Unterkunft in der Nähe vermitteln. Von einfachen Apartmentanlagen bis zu exklusiven Landhäusern gibt es ein vielfältiges Angebot ab ca. 500 €/Woche.

Das Leben und Arbeiten findet überwiegend im Freien - an geschützten und besonders geeigneten Plätzen - statt, was Sie bei der Zusammenstellung Ihrer Reisegarderobe berücksichtigen sollten! Die Nächte sind auch im Sommer meist angenehm kühl.

Das nächste (nur selten bewohnte) Haus ist ca. 1 km entfernt. Der nächste Ort (*Orzola*, Anlegestelle der Fähre zur Nachbarinsel *La Graciosa*) ist 3 km entfernt, die Nachbarorte *Ye*, *Haría* und *Arrieta* 6, 10 bzw. 12 km. Die zahlreichen Sand- und Felsbuchten der Nordostküste sind im Umkreis zwischen 3 bis 25 km zu erreichen.



Psychologisches Forum  
Dr. Jürgen Christen  
Diseminado de Maguez 54

E-35541 Maguez / Lanzarote  
**Spanien**

## ANMELDUNG

Hiermit buche ich verbindlich:  
Individuelle Vereinbarung im Rahmen des Konzepts Coaching auf Lanzarote.

**Vereinbarter Termin:** ..... **Coach:** Dr. Christen / Dr. Gephart / Dr. König

**Unterbringung:** Casa Encanto (Blockhaus) oder .....

**Vereinbarter Gesamtbetrag:** ..... (i.W.: ..... ) Euro

**Teilnehmer:** Name(n): .....

Strasse: .....

PLZ/Wohnort: .....

Telefon: ...../..... e-mail: .....@.....

Die Buchung erfolgt auf Grundlage der Angaben im aktuellen Prospekt sowie im Internet [www.psychologischesforum.eu](http://www.psychologischesforum.eu). Sie wird verbindlich, sobald die Anzahlung von 700 € (Einzelcoaching) bzw. 1.000 € (Paarcoaching) eingegangen ist (Konto Dr. Christen, IBAN: DE45 3705 0299 1137 0230 30, BIC: COKSDE33. Eine gesonderte Eingangsbestätigung erfolgt nicht. Der Restbetrag wird fällig bei Ankunft in Lanzarote.

Stornokosten 100 €; bei Absage kürzer als 8 Wochen vor dem vereinbarten Termin 350 € (Einzelcoaching) bzw. 500 € (Paarcoaching); bei Absage kürzer als 3 Wochen vor dem Termin 700 € (Einzelcoaching) bzw. 1.000 € (Paarcoaching).

Der Buchung ist eine Beratung (telefonisch/per e-mail) vorausgegangen, in der alle meine/unsere Fragen beantwortet wurden. Ich/wir bestätige(n), dass ich/wir die Anmeldung mit meinem/unseren Therapeuten besprochen habe(n), sofern ich/wir mich/uns in psychotherapeutischer Behandlung befinde(n).

**Ort:** ..... **Datum:** ..... **Unterschrift(en):** .....

