Dr. med. Florian Bosse
Schmerztherapie, Achtsamkeit,
Hypnosystemische Beratung

# MBSR-Kurs Sommer 2026

## Anmeldebogen

### Kursinhalt

Der MBSR-Kurs beinhaltet die Schulung der Achtsamkeit, Achtsamkeitsmeditationen, sanfte Körperübungen, Impulsvorträge und Austausch zu aufeinander aufbauenden Schwerpunktthemen sowie das eigenständige Praktizieren von Achtsamkeitsübungen im Alltag.

### Kursdetails

- Orientierungsabend: Mittwoch, 12. August 2026
- Kursstart und folgende Termine (Jeweils Mittwochs, 19:30–22:00 Uhr):
  19.08. 26.08., 02.09, 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10. 2026
- Tag der Achtsamkeit: Samstag, 26. September 2026, 10:00–18:00 Uhr
- Ort: ImPuls - Forum für Gesundheit und Prävention,
  Akazienweg 56A, 37083 Göttingen
- Kursgebühr: 350,– € (inkl. Kurshandbuch und Audiodateien)
- Teilnehmerzahl: max. 10 Personen

### Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zum MBSR-Kurs ist mit Eingang dieser schriftlichen Anmeldung verbindlich. Sie können von diesem Vertrag zurücktreten. Bei Rücktritt bis zu zwei Wochen vor Kursbeginn wird eine Gebühr von 50,- Euro fällig. Bei Rücktritt ab zwei Wochen vor Kursbeginn wird die gesamte Kursgebühr in Rechnung gestellt, es sei denn, der frei gewordene Platz kann mit einer/einem Ersatzteilnehmer*in besetzt werden. Bei Kursabbruch oder Fehlen (ungeachtet der Gründe) besteht kein Anspruch auf Erstattung der Kursgebühr. Bei Ausfall durch Krankheit des Kursleiters wird möglichst zeitnah ein Ersatztermin angeboten. Sollte ein Kurs nicht zustande kommen, wird die gesamte Kursgebühr zurückerstattet.

| | |
|---|---|
| Name, Vorname | |
| Straße, Hausnr. | |
| PLZ, Ort | |
| Telefon | |
| Email | |
| Beruf (optional) | |

## Datenschutzhinweis

Ihre personenbezogenen Daten werden ausschließlich zur Durchführung des MBSR-Kurses verwendet. Die Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben. Nach Ende des Kurses werden Ihre Daten gemäß den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen gespeichert und anschließend gelöscht. Sie haben jederzeit das Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung Ihrer Daten.

Die Anmeldung wird verbindlich mit einer Anzahlung von 50,- €. Die restliche Kursgebühr bitte ich Sie vor Kursbeginn auf folgendes Konto zu überweisen:

| | |
|---|---|
| **Kontoinhaber**: | Dr. med. Florian Bosse |
| **IBAN**: | 50 3006 0601 0004 9593 53 |
| **Verwendungszweck**: | MBSR Sommer 2026 + Ihr Name |

Das Kurshandbuch sowie die Audioaufnahmen sind urheberrechtlich geschützt und nur zum persönlichen Gebrauch zu nutzen. Vervielfältigung oder Weitergabe an Dritte ist nicht gestattet.

## Information, Schweigepflicht, Haftungsausschluss:

Ich bin über die Wirkungen des Trainings informiert und weiß, dass das Training seine volle Wirksamkeit nur dann entfalten kann, wenn ich mir eine tägliche Übungszeit (ca. 45 min) einrichte, um die Achtsamkeitsübungen durchzuführen.
Alle Übungen sind einfach und leicht zu lernen. Sie können meist so abgewandelt werden, dass sie auch bei Einschränkungen durchführbar sind. Sollten dennoch Übungen für mich aufgrund meines körperlichen oder psychischen Gesundheitszustandes nicht angemessen erscheinen, so informiere ich den Kursleiter darüber.
Das MBSR-Training kann keine medizinisch oder psychotherapeutisch notwendige Behandlung ersetzen. Es stellt aber eine sinnvolle Ergänzung dar.
Über akute körperliche oder psychische Beeinträchtigungen bzw. Erkrankungen habe ich den Kursleiter vor Kursbeginn informiert.
Die Teilnahme an der Veranstaltung geschieht auf eigene Verantwortung. Bei Unfällen, Beschädigungen, Verlust oder Diebstahl haftet der Veranstalter nicht.
Ich bin bereit, mich für die Dauer des Kurses und darüber hinaus an die Schweigepflicht zu halten und keine Informationen über andere Kursteilnehmende weiterzugeben.

Ich bin mit den hier aufgeführten Bedingungen einverstanden, und melde mich hiermit verbindlich an

_____ _____

**Ort, Datum** **Unterschrift Teilnehmer/in**

Dr. med. Florian Bosse
Kirchtal 41, 37136 Ebergötzen
0163-6605226 | dr.florianbosse@posteo.de | www.drbosse.de

# Fragebogen zum MBSR-Kurs

Liebe Kursteilnehmende,
ich bitte Sie den nachfolgenden Fragebogen so detailliert wie möglich auszufüllen, damit ich Sie in einer angemessenen Weise auf Ihrem MBSR-Weg begleiten kann. Sie können sich darauf verlassen, dass alle Angaben streng vertraulich behandelt werden. Wenn Sie Themen haben, die ich wissen muss oder sollte, die Sie aber nicht schriftlich niederlegen wollen, so suchen Sie bitte das Gespräch mit mir oder rufen Sie mich an.
Vielen Dank für Ihre Mitarbeit.

Haben Sie schon Vorerfahrungen mit Entspannung, Körperarbeit und Meditation? Wenn ja, mit welchen Methoden und wie lange schon praktizieren Sie diese Methoden?

Was ist Ihre Motivation, um MBSR zu erlernen?

Leiden Sie unter körperlichen Beschwerden wie z.B. Asthma, Muskelkrämpfen, einer Herzkrankheit, akuten oder chronischen Schmerzen usw.? Wenn ja, unter welchen?

Befinden Sie sich deswegen in ärztlicher oder psychotherapeutischer Behandlung?

Dr. med. Florian Bosse
Kirchtal 41, 37136 Ebergötzen
0163-6605226 | dr.florianbosse@posteo.de | www.drbosse.de

# Fragebogen zum MBSR-Kurs

## - Seite 2 -

Sind Arzt/Ärztin oder Therapeut/Therapeutin darüber informiert, dass Sie die MBSR-Praxis erlernen wollen? (Name des Arztes oder Therapeuten)

Haben Sie früher eine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung erhalten? Wenn ja, wann und welche?

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein? Wenn ja, welche?

Wie haben Sie von dem MBSR-Kurs erfahren? (Internet, Flyer, Verband, Empfehlung, Sonstiges)
(Wenn Sie über einen Flyer auf den Kurs aufmerksam wurden: Wo haben Sie den Flyer gefunden?)

Gibt es sonst noch etwas , was Sie mir gerne mitteilen möchten?

Ort, Datum

Unterschrift Teilnehmer/in

Dr. med. Florian Bosse
Kirchtal 41, 37136 Ebergötzen
0163-6605226 | dr.florianbosse@posteo.de | www.drbosse.de