

Aktuelle Programme 2021 - 2023

Tagesseminare „Versöhnung in Familien“ (Arbeit mit Aufstellungen) in Konstanz

■ am 16.10.2021 ■ am 19.3.2022 ■ am 15.10.2022 ■ ...

Inhalt: Manche Probleme und Verstrickungen in Familien scheinen unlösbar und schwer zu begreifen. Gespräche reichen oft nicht aus, um Undurchsichtiges sichtbar zu machen. Im Seminar werden wir Muster aufspüren, die uns in unserer Lebendigkeit einschränken, mögliche Verstrickungen können aufgelöst werden. Dieses Seminar richtet sich an interessierte Menschen aller Altersstufen, die mit beruflichen oder familiären Konflikten konfrontiert sind. Ziel ist, Lösungen für persönliche Anliegen zu finden. Durch systemisches Arbeiten, große Präsenz und Achtsamkeit gelingt es, schwierige Lebenserfahrungen aufzuarbeiten und Neues ins Leben zu integrieren.

Resilienztraining mit Yoga, Achtsamkeit und mehr. Eine berufliche Fortbildung und Verwöhnwoche für die Sinne in der „Casa el Morisco“ bei Malaga/ Andalusien

■ 4.4. bis 11.4.2021 ■ 31.10. bis 7.11.2021 ■ 27.2. bis 6.3.2022 ■ 30.10. bis 6.11.2022

Gönnen Sie sich in einer ganz besonderen Atmosphäre Zeit für sich selbst. Eine Zeit der Entspannung, des Energietankens und Wohlfühlens. Das Eintauchen in die Ruhe sowie ein Workshop mit Aufstellungen fördert Ihr Wohlbefinden, macht Sie ausgeglichener, zufriedener und glücklicher. Sie ermöglichen Ihrem Körper, Ihren Gefühlen und Gedanken offen zu werden und auf Ihre Bedürfnisse besser zu hören. Trainieren Sie ihre psychischen Widerstandskräfte (Resilienz) und genießen Sie sich selbst und eine wunderbare gemeinsame Zeit mit sanften Yoga-, Körper-, Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Meditation, Gesprächen, Schwimmen und Ausflügen. Die Woche ist eine berufliche Fortbildung und gilt als auch als Aufbau-seminar für bisherige TeilnehmerInnen, sie ist für alle interessierten Menschen offen.

Seminar „Systemisches Coaching trifft Stimme“ in Konstanz

■ vom 7. - 9.5.2021

Wir machen uns die Wirkung von Stimmeigenschaften bewusst und üben unser eigenes Sprech- und Hörverhalten. Neben einer Einführung in das systemische Coaching erleben wir systemische Aufstellungen und verbinden uns wieder mit unserem individuellen Ausdruck. So entstehen Impulse zur Weiterentwicklung unserer Persönlichkeit (mit Dagmar Heinemann).

Berufsbegleitende Weiterbildung zum „systemischen Gesundheitscoach“ in Konstanz

Die 2. Ausbildungsgruppe beendete im Juli 2019 ihre Weiterbildung.

■ 3. Ausbildungsgruppe startet am 18. - 20.6.2021 in Konstanz

Die Weiterbildung (bis April 2023) beinhaltet 8 Module à 30 Unterrichtseinheiten, die jeweils stattfinden am FR 10:30 – 18:00 Uhr, SA von 9:00 – 18:00 Uhr und SO von 9:00 – 13:00 Uhr. Sie startet mit dem 1. Modul vom 18.-20.6.2021 und wird in Kooperation mit den Freien Wohlfahrtsverbänden im Landkreis Konstanz angeboten. In der WB schulen wir sowohl zur Sensibilisierung und Prävention für das Thema „Gesundheit“ als auch zur Anwendung von Coaching für konkrete Lösungen am Arbeitsplatz, z.B. im betrieblichen Gesundheitsmanagement oder in der Bildungsarbeit (Gastdozentinnen sind Lena Geiger-Reuter, Sabine Stoll-Bruder und Margit Krämer).

Berufsbegleitende Weiterbildung in „Grundlagen und Methoden systemischer Arbeit in Familien, Gruppen und Organisationen“

Die 6. Ausbildungsgruppe beendete im April 2020 ihre Weiterbildung.

■ 7. Ausbildungsgruppe startet vom 8. - 11.7.2021 in Konstanz

in 6 Modulen (bis Oktober 2022) jeweils 4 Tage: jeweils DO von 10:00-18:00 Uhr, FR und SA von 9:00-18:00 Uhr und SO von 9:00-13:00 Uhr. Ziel ist es, systemische Zusammenhänge und deren Auswirkungen in Familien, Gruppen und Organisationen erfassen zu lernen. Die WB bietet eine Einführung in Gesprächsführung, in die Technik der Familien- und Systemaufstellung, des Familienbretts und anderer systemischer Methoden und deren Anwendung. Die TeilnehmerInnen werden befähigt, systemische Grundlagen in ihren Lebens- und Berufsalltag zu integrieren, tiefer liegende Zusammenhänge zu erfassen, sowie Schritte in Richtung einer Lösung führen zu können.

Seminar „Präsent durch Sprache - Entspannung, Körperwahrnehmung und Spracherlebnis“

■ vom 13./14.11.2021

Im Einklang mit der eigenen Stimme zu sein, ausdrucksstark und selbstsicher zu sprechen, kann erlernt werden. Möchten Sie daran arbeiten Ihre Sprache bewusst als Mittel einzusetzen und Ihre Stimme tragfähiger und kräftiger zu machen? Im Seminar werden Übungen angeboten, die Verspannungen lösen und das Sprechen erleichtern und mit der eigenen Stimme unsere sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten erweitern. Wir üben sowohl in der Gruppe als auch einzeln (mit Dagmar Heinemann).

Neu: Yoga- und Wanderwoche am Bodensee

■ vom 12. - 19.6.2022

Wir bieten Ihnen eine besondere Auszeit-Woche mit Yoga, Wanderungen rund um den Bodensee bei Konstanz, zu Kraftorten und Weitblicken. Nach einer morgendlichen Yoga-Einheit wandern wir täglich 2-3 Stunden in den Naturschutzgebieten des Bodensees und in den Vulkanbergen des nahe gelegenen Hegaus. Danach bleibt Zeit für Ruhe, vielleicht ein Bad im See, Begegnungen in der Gruppe....

Weitere Informationen:

www.beratung-am-see.de - oder www.gesundsein-am-see.de

