Information kompakt

Seminarleitung: Dr. Arne Schöler
Termin: Fr./Sa., 26./27. November 2021, Fr. 17.00-20.30 Uhr, Sa. 10.00-14.00 Uhr, jeweils inklusive Pausen

Ort: *IndiTO, Estermannstr. 204, 53117 Bonn*
Kosten: 120,00 €
Kurs-Nr.: 2113125
Anmeldung online möglich unter:
www.indito.de [Seminarprogramm]

Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis 4 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig, danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert.

Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen.

Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!

IndiTO
Bildung, Training und Beratung für Individuen, Teams und Organisationen

IndiTO
Estermannstraße 204
53117 Bonn
Telefon 0228 674 663
Fax 0228 680 400

www.indito.de
info@indito.de

Volksbank Bonn Rhein-Sieg
Konto 1 501 895 039
BLZ 380 601 86
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39
BIC GENODED1BRS

www.indito.de

Trauer

ein Online-Workshop zum Umgang mit eigener Trauer und für die (selbst) empathische Begleitung Anderer

Online - Workshop

26./27. November 2021

IndiTO
Bildung, Training und Beratung für Individuen, Teams und Organisationen

Trauer

Online-Workshop zum Umgang mit eigener Trauer und für die (selbst-)empathische Begleitung Anderer

Die kleinen und großen Trauer-Situationen in unserem Leben wollen angemessen durchlebt werden.

Die Gefühle, die wir in diesen Momenten haben, sind nicht angenehm und brauchen Kraft. Gleichzeitig ist der bewusste Umgang mit diesen Signalen unseres Körpers der Weg durch die Trauer hindurch – zum Verarbeiten und hin zum Loslassen für ein möglichst unbeschwertes Weiterleben.

Was tun, wenn uns das Loslassen nicht gelingt oder wenn wir andere in ihrer Trauer unterstützen möchten?

Im Workshop lernen Sie eine Herangehensweise kennen, in der Sie einen Umgang mit Gefühlen erleben, der sich von den vorherrschenden Anschauungen und Haltungen in unserer gegenwärtigen Gesellschaft abhebt. Damit einhergehend verbinden wir unsere Gefühle mit unserem Verstand, um unsere Gedanken zu beruhigen und den Kopf zu entlasten.

Im 1. Workshop-Teil lernen und erleben Sie die Grundlagen dieses empathischen Vorgehens. Im 2. Teil wenden wir uns eigener Trauer oder anderen Gefühlswelten zu und sammeln eigene Erfahrungen mit der Selbstempathie.

In Simulationen üben wir, andere in ihrer Trauer empathisch zu begleiten und gleichzeitig unseren eigenen inneren Anteilen ebenfalls gerecht zu werden.

Zielgruppe

Der Workshop richtet sich an alle Interessierten. Er eignet sich sowohl für das private als auch für das berufliche Umfeld.

Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

weitere Informationen:

www.losloesung-coaching.de

Referent

Dr. Arne Schöler

Jg. 1967, Diplom-Biologe, Coach und Mediator

„Seit 2004 arbeite ich als freiberuflicher Organisationsentwickler an Hochschulen und habe dort ab 2007 Team-Trainings durchgeführt. Seit 2013 bin ich zudem als Coach tätig. Nach der Erprobung vieler Methoden liegt mein Interesse nun darin, Methoden-arm und unmittelbar an Themen und Konflikten mit den Teilnehmenden zu arbeiten. Ein empathischer Ansatz, der aus der Konfliktmediation und angelehnt an Carl Rogers und Marshall Rosenberg entstand, ist nach meiner Ansicht besonders hilfreich. Auf dem freien Weiterbildungsmarkt bin ich seit 2015 unterwegs mit Themen aus dem vielfältigen Bereich „Selbstmanagement“ für Einzelpersonen und Teams.

Unsere Trainer*innen arbeiten teilnehmenden- und prozessorientiert, d.h. mit Beispielen der Teilnehmer*innen und bei Bedarf mit Themen, die während des Seminars entstehen.