

**„Lebenslust und
Lebenslast“
Aufbaukurs für
Konfliktberaterinnen**



am 09.+10.06.2017 im Martinshaus, Kanalufer 48, 24768 Rendsburg

*Anmeldeschluss: 1.05.2017; Seminargebühr: 145,- Euro, plus Verpflegung und ggf.
Übernachtung (siehe Anmeldeformular)*

Die Lust am Leben, Gelassenheit in schwierigen Lebenssituationen, Psychohygiene und psychische Gesundheit, Krisen und Konflikte als Herausforderung zur Entdeckung wichtiger Entwicklungsschritte, Supervision und Erfahrungsaustausch

Das Leben hält alles bereit: Auf der einen Seite die schönen Dinge, die Lust und Freude machen, uns begeistern und aufrichten, aber immer auch und zwischendurch die andere Seite, die uns verzweifeln lässt und das Leben schwer macht. Das Pendel des Lebens ist ständig in Bewegung, schlimm wird es nur, wenn es scheinbar nicht mehr zurückpendelt und auf der schweren Seite hängen bleibt.

Wir haben einen Einfluss darauf. Vieles hängt davon ab, wie wir die Dinge sehen, wie wir sie interpretieren und was wir vom Leben und von den Menschen um uns herum erwarten. Dafür braucht es Wissen und Weisheit und immer auch Verständnis für uns selbst und für die anderen, die unsere Erwartungen (oft) gar nicht erfüllen können.

Es werden Methoden eingeübt, wie in Familien, Freundeskreisen, Vereinen, in beruflichen Zusammenhängen oder auch ganz alleine mit den Lasten des Lebens und des Miteinanders ein guter Umgang gefunden werden kann. Und wie immer werden am Freitagabend Systemaufstellungen als kleine Lehrstücke neue Denk- und Handlungsmöglichkeiten sichtbar machen.

Zielgruppe: Fortbildungsseminar für die ausgebildeten Konfliktberaterinnen

Teilnehmerzahl: max. 20

Referentin: Dipl. Psych. Birgit Theresa Koch

Seminarzeiten: Freitag, 09.06.2017, 14.00 – 20.30 Uhr
Samstag, 10.06.2017, 9.00 – 16.30 Uhr