

WER BIN ICH, WENN ICH NICHT MEHR ARBEITE?

EIN SEMINAR ZUR STANDORTBESTIMMUNG UND POTENZIALENTFALTUNG.



Viele sehnen sich danach, endlich nicht mehr arbeiten zu müssen, den verdienten Ruhestand zu genießen.

Doch häufig, wenn dieser Tag näher rückt, kommen Fragen auf:

- › Wie sieht für mich diese RUHE aus und welchen STAND habe ich?
- › Wie gestalte ich meinen Abschied aus dem Arbeitsleben?
- › Wer bin ich, wenn ich nicht [mehr] arbeite und wer möchte ich [dann] sein?
- › Welche Entfaltungsmöglichkeiten bietet das freie Leben?
- › Welche Rolle spiele ich zukünftig in der Familie, im Freundeskreis oder in der Gesellschaft?
- › Wie verbringe/gestalte ich meine Zeit «sinnvoll»?

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, all diesen Fragen nachzugehen, sie mit unterschiedlichen Methoden zu beleuchten. So können Sie für sich neue Möglichkeiten entdecken und Perspektiven entwickeln.

Über angeleitete, intuitive Spaziergänge werden Sie mit Fragen in die Natur gehen. Das dort Erlebte wird in der achtsamen & wertschätzenden Kommunikationsform «Council» erzählt und von uns gespiegelt. Wir arbeiten mit dem naturpsychologischen Prozess- und Entwicklungsmodell der «Vier Schilde», das uns als Kompass für weitere Entwicklungsschritte dienen kann.

ZIELGRUPPE

Menschen, die das Thema «Ruhestand» beschäftigt, die diesen Abschnitt noch vor sich haben, sich im Übergang oder schon im Ruhestand befinden

LEITUNG

Rainer vom Stein

Dr.-Ing., Dipl.-Ing.,
Initiativer
Prozessbegleiter®,
Projektmanager,
Changemanager



Thomas Kugel

Dipl. Pädagoge,
Kommunikationstrainer,
Initiativer
Prozessbegleiter®, Council
Facilitator, Designer



Mit diesen Methoden arbeiten wir:

COUNCIL

Council ist eine wertschätzende Kommunikationsform, die das Zuhören in den Mittelpunkt stellt und mit «zu Rate sitzen» übersetzt werden kann.

Es verbindet herkömmliche Praktiken des gewaltfreien und wertschätzenden Dialogs mit Techniken der Gruppendynamik und fördert so den achtsamen Umgang miteinander, entschärft Konflikte und fördert eine lebendige Kommunikationskultur in Teams und Gruppen jeder Art.

Und das Schöne ist: es ist einfach zu erlernen und umzusetzen.

INTUITIVER SPAZIERGANG

Ein intuitiver Spaziergang in der Natur dient der Stärkung, der Selbstreflexion und der vertiefenden Selbstbetrachtung.

Aus wahrnehmungspsychologischer Sicht nehmen wir unsere Welt immer durch Filter wahr. Diese Filter lassen hauptsächlich das durch, was mit unserem momentanen seelischen Befinden oder auch mit Lösungsansätzen zusammenhängt. Das Wahrgenommene sagt somit viel mehr über uns, als über die objektive Welt selbst aus.

Beim «Intuitiven Spaziergang» achten wir deshalb etwas genauer oder achtsamer darauf, was wir gerade in unserer äußeren Wirklichkeit wahrnehmen. So können Themen und Lösungsansätze untersucht, benannt und somit ins Bewusstsein gehoben werden.

Intuitive Spaziergänge werden vornehmlich in der Natur, möglichst abseits von Menschen, unternommen.

VIER SCHILDE

Das naturpsychologische Prozess- und Entwicklungsmodell «Die Vier Schilde» zeichnet mit seinem zyklischen Verlauf die natürlichen Bewegungen nach, die sich in Entwicklungsprozessen aller Art vollziehen. Wie ein Kompass ermöglicht das Modell zu verstehen, wo wir gerade in unserem persönlichen Entwicklungsprozess stehen.

