

„DER ROTE FADEN IN MEINEM LEBEN“

Mit Biografiearbeit auf Spurensuche

Workshop für Frauen

mit Renée Seehof



(Karoline Kroiss, Berlin ... Saachi – Homepage)

Der Alltag von Frauen ist oft sehr herausfordernd. Sie haben viele Lasten zu tragen. Mehr als häufig nehmen Frauen sich dabei nicht wichtig, funktionieren einfach und übersehen sich selbst. Dieser Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit, Aufmerksamkeit auf Ihre Lebens- und Familiengeschichte, auf Ihre Lebensleistungen zu richten.

Manchmal erscheint Ihnen Ihr Leben wie ein Haufen Puzzleteile, eine Aneinanderreihung von scheinbaren Zufällen. Sie möchten sich (noch) besser verstehen, sich ihrer selbst (noch) bewusster werden und sich ermächtigen, Ihre Zukunftsplanung mit all Ihren Ressourcen und Potentialen zu gestalten.

Wenn Sie das Bedürfnis haben sich einfach mal Zeit zu nehmen, inne zu halten und einen Blick auf ihr Leben zu werfen, Sie an einem Wendepunkt in Ihrem Leben stehen, Sie sich in einer Übergangssituation befinden, Sie sich fragen, ob ihr Leben so ist, wie sie es sich vorgestellt oder gewünscht haben u.a., dann kann Ihnen ein biografiegeprägter Blick hilfreich sein und mehr Klarheit bringen.

In dem Workshop können Sie

- sich (erste oder neue) Zugänge zu Ihrer Lebensgeschichte eröffnen
- Impulse für die Reflektion sammeln
- herausfinden, wo sie aktuell stehen
- Indizien sammeln, wie sie dahin gekommen sind
- sich mit Ihren ganz persönlichen Bildern und Werten sowie deren Herkunft auseinandersetzen
- Ihre Vorlieben und Abneigungen identifizieren
- Ihre Talente, Stärken, Fähigkeiten aber auch mögliche Hemmnisse (wieder) entdecken
- Perspektiven und Optionen entwickeln
- dafür von den Interessen und den Fragen der anderen Teilnehmerinnen profitieren

Der Workshop bietet Ihnen unterschiedliche Methoden, mit denen Sie sich – auch spielerisch – allein, zu zweit oder in Gruppen Ihren Themen annähern können. Frauen mit und ohne Vorkenntnisse sind gleichermaßen eingeladen und können profitieren.

Termin: 1) Präsenzseminar am 23.04.; 2) Präsenzseminar am 16.07.2022.
Zeit: 10:00 – 17:00
Ort: ACURA Kliniken Baden-Baden;
TN-Anzahl: 8-16
Zielgruppe: Frauen
Gebühr: pro Seminar 135,-
Anmeldung: 1) = bis 15.04.2022 (Zahlungseingang); 2) = bis 08.07.2022 (Zahlungseingang);