

## Überblick Workshops Dienstag – 14. März 2006

### D1

#### **„Abschied von der Demut - Coaching erfolgreicher Frauen“**

Carmen Beilfuß

Frauen haben ihre ganz besonderen Biographien, ihre eigene Lesart des Lebens, sie erleben besondere Herausforderungen, müssen schwierige Entscheidungen treffen, harte Kämpfe bestehen und erringen dadurch "Festigkeit" und besondere Qualitäten. Frauen sind die Gewinner dieses Jahrhunderts - und gleichzeitig die Verlierer, wenn es Ihnen nicht gelingt, Weiblichkeit und Erfolg zu "verschwestern", Familie und Beruf zu vereinen und in klare Karriereziele die Sinnlichkeit, den Genuss und die Leichtigkeit des Seins zu weben.

In diesem Workshop werden Ihnen mindestens zwei Perspektiven geboten:

- professionelle kreative Techniken zur Beratung Ihrer KundenInnen einerseits,
- Anregung für die Einbettung des beruflichen Erfolgs in ein erfülltes Leben andererseits.

Literatur: Billmeier, R. / Kaul, C. / Kramer, M. / Krapoth, S. / Lauterbach, M. / Rappe-Giesecke K. (2005) Der Beginn von Coaching-Prozessen. Vom Fall zum Konzept, Bergisch Gladbach, EHP-Verlag  
Kastner, M. (1999) SynEgoismus. Nachhaltiger Erfolg durch soziale Kompetenz, Freiburg im Breisgau, Verlag Herder Löhr-Heinemann, B. (2005) Erfolg hat eine Mutter, Heidelberg, Carl-Auer Verlag  
Macha, H. und Forschungsgruppe (2000) Erfolgreiche Frauen. Wie sie wurden, was sie sind. Frankfurt/Main, Campus-Verlag Thiel M. (2002) Erfolgsstorys. Deutsche Topmanagerinnen machen's vor, Frankfurt/Main, Krüger Verlag.

### D2

#### **„Auch dem Ende wohnt ein Zauber inne ...“**

Zeitreisen und systemisch-konstruktivistische Skulpturen

Andrea Ebbecke-Nohlen

Wenn wir Neues auf den Weg bringen wollen, ist es wichtig, Altes gut zu beenden. Dies gilt für die unterschiedlichsten Bereiche unseres beruflichen und privaten Lebens. Ob wir an unserem Arbeitsplatz unsere Stelle kündigen oder eine neue antreten, ob wir einen Beratungsprozess oder eine Psychotherapie abschließen oder ob wir persönlich in einen neuen Lebensabschnitt hineinwachsen nach einer Trennung oder zu Beginn einer neuen Liebe oder ob wir nach der Geburt eines Kindes oder dem Auszug der erwachsen gewordenen Kinder einen Entwicklungsschritt machen, auch dem Ende wohnt ein Zauber inne.

In diesem Workshop werden offene Fragen zu Ende und Neuanfang aus der Perspektive des bereits geschehenen Wunders betrachtet. Mit den Mitteln von Zeitreisen und systemisch-konstruktivistischen Skulpturen werden ausgehend von den Fragestellungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Ausgangspunkte, Ziele, Wege und Ressourcen sichtbar und begreifbar gemacht. Neben der sprachlichen wird die körperliche Ebene genutzt und in kreativer Weise aufgezeigt, wie die bereits vorhandenen Ressourcen dabei helfen, Ziele zu erreichen und aus der Perspektive des erreichten Ziels versöhnlich auf das Vergangene zurück zu schauen.

### D3

#### **„Wie der Schluss ein Anfang sein kann“**

#### **Abschlussmethoden in Seminaren, die in die Praxis hinausführen**

Kati Hankovszky

Im Lernen von Erwachsenen ist der Übergang nach einer Bildungsveranstaltung (sei es eine Weiterbildung oder Teamentwicklung) in den Arbeitsalltag entscheidend. Wie kann Gruppenlernen so gestaltet werden, dass die individuellen Handlungsstrategien sich in eine gewünschte Richtung verändern, wenn wir einverstanden sind, dass Menschen keine triviale Maschinen sind und wir uns auch von dem Machbarkeitswahn verabschieden wollen?

In diesem Workshop erleben Sie einige unserer Methoden, mit denen bereits mitten in einem Lernprozess der Schluss aufgegleist wird und lernen unsere Überlegungen kennen, was am Schluss nützlich ist für einen nachhaltigen Neuanfang in der Praxis.

D4

### **„Abschied von der Machbarkeit: Karriereplanung in Übergängen“**

Dominik Hoenisch/Matthias Tholen

Die berufliche Welt und mit ihr die individuellen Karrierepläne zeigen Anzeichen massiver Umbrüche. Viele erfahren Abschied und Ende gewohnter und geliebter Sicherheiten als Bedrohung. Die tief in uns eingesenkte Ideologie von der „Machbarkeit“ der Welt zeigt ihren Kern: Wir glaub(t)en Erfolg, Sicherheit und Fortschritt selbst herstellen zu können. Zahlreiche Berufstätige reagieren mit Anpassung oder Selbsthärtung, Resignation und Weltenflucht. Vor diesem Hintergrund haben wir ein Workshop- und Coaching-Konzept entwickelt, welches Menschen in beruflichen Umbrüchen die Möglichkeit eröffnet, die hierbei auftauchenden Fragen zu beleuchten und die damit verbundenen seelischen Erfahrungen neu einzuordnen. In nahezu allen Coachingprozessen zeigen sich zwei zentrale Interventionsansätze: Erfolg und Entscheidung. Was sind meine **persönlichen Bilder des Erfolgs**? Wie ist Erfolg für uns besetzt? Wie mischen sich erworbene und eigene Bilder von Erfolg? Was treibt unsere ungeheure Sehnsucht nach Erfolg an und schränken wir uns dadurch in unserer Lebensentfaltung ein? Was suchen wir *eigentlich* auf unserer Jagd nach Erfolg?

Wie steht es um die **Qualität unserer Entscheidungen** in der persönlichen Lebensgestaltung. Für welche Aspekte unseres Lebensvollzugs haben wir uns wirklich entschieden? Wie lässt sich Entschiedenheit leben und mehren? Woher kommt die Kraft dazu? Wie leben wir die Spannung aus Sicherheit und Risiko?

Wir stellen unser Konzept zur Diskussion und erproben einzelne Elemente daraus. Freuen Sie sich auf überraschende Einsichten!

D5

### **„Mediation als Übergangsritual bei Familien- und Trennungskonflikten“**

Axel Mecke

„Mediation“ - wörtlich und dennoch ungenau übersetzt mit „Vermittlung“ - versteht sich als ein Verfahren, mit dem Konfliktparteien dabei geholfen wird, für ihre Streitpunkte *eigenverantwortlich* und *selbstbestimmt* Regelungen zu finden. In Deutschland wurde Mediation bisher vor allem bekannt als vorgerichtliche Hilfe bei Konflikten, die im Rahmen einer *Trennung* und *Scheidung* entstehen. Nach einem anfangs zögerlichen Interesse an diesem Verfahren hat sich in den letzten 12 Jahren das Feld der Mediation in Deutschland stürmisch ausgeweitet – eine Vielzahl von Veröffentlichungen, Tagungen, Foren, Instituten und Berufsverbänden prägen mittlerweile die „Szene“ der Mediation. Ein neuer „Zusatzberuf“ (zu psychosozialen oder juristischen Grundberufen) und ein neuer Markt scheinen sich aufzutun. Aber wie sind die Perspektiven tatsächlich?

Der Workshop gibt einen praxisnahen Einblick in Aufbau, Techniken und Resultate der Trennungs- und Scheidungsmediation. Mediation wird dabei auch verstanden als ein Übergangsritual, das dabei helfen kann, in einer potentiell zerstörerisch wirkenden Lebenssituation die eigene Würde zu bewahren und zu schützen. Neben einer Einschätzung der Entwicklung von Angebot und Nachfrage wird auch die Frage Raum haben, welche praktischen und rechtlichen Voraussetzungen für eine mediatorische Tätigkeit gegeben sein sollten.

D6

### **„Wie ging das eigentlich weiter?“**

#### **Methoden, die Entwicklungsprozesse in Organisationen gut abrunden**

Elisabeth Nicolai

In Non-Profit-Organisationen wie Kliniken, psychiatrischen Einrichtungen, Jugendhilfeeinrichtungen etc werden Organisationsentwicklungsprozesse durchgeführt, die für die Mitarbeiter oft neben ihrem Alltagsgeschäft vor allem aufwendig erscheinen. Nach einem eher erschöpften als erfreulichen Ende werden Monate später die Ergebnisse und ihre Weiterführung kaum erinnert.

Im Workshop sollen Methoden, Rituale, Vorschläge und Erfahrungen vorgestellt werden, wie solche Prozesse so zu Ende gebracht werden können, dass die Ergebnisse präsent bleiben, in der Umsetzung erfreuen und auf lebendiges Weiterentwickeln Lust machen.

D7

**„Ende gut, alles gut“**

**Wie man hypnosystemische Therapien zu einem guten Abschluss bringt**

Rüdiger Retzlaff

Über die Kunst Erstgespräche zu führen gibt es eine breite Literatur; weitaus weniger Beachtung wird dagegen der Abschlussphase von systemischen Therapien und Beratungen geschenkt. Doch so, wie bei einem reichhaltigen Mahl der letzte Gang eine besondere Note setzt, ist ein guter Abgang eine wichtige Voraussetzung für einen nachhaltigen therapeutischen Prozess weit über das eigentliche Ende der Behandlung hinaus.

In diesem Workshop werden kreative Techniken, Übungen, Geschichten und Rituale vorgestellt, mit denen sich das Potenzial optimieren läßt, das einem guten therapeutischen Wende erwächst.

D8

**"Der Klang des Lebens: Musik als Ressource, als Begleiterin und als Erinnerungsanker für bedeutsame Phasen in unserem Leben"**

Sabine Rittner

Nach einer kurzen theoretischen Einführung haben die TeilnehmerInnen die Gelegenheit, an einer geführten Trance-Reise zu den verborgenen Schätzen im "Klangraum ihres Lebens" teilzunehmen. Auf dieser Zeitreise können sie den besonderen Einfluß erkunden, den die im Körpergedächtnis gespeicherten Stimmen, Klänge und Rhythmen ihres eigenen Lebens haben und die darin verborgenen Ressourcen wiederentdecken. Die "Fundstücke" dieser Reise werden mit kreativen Mitteln bearbeitet. Abschließend findet ein Austausch in Kleingruppen statt.

Die TeilnehmerInnen werden gebeten, zum Workshop ein persönliches Musikstück auf CD oder Cassette mitzubringen, das in einer bestimmten Phase ihres Lebens eine besondere Bedeutsamkeit hatte.

D9

**„Wann beginnt das Ende einer Psychotherapie?“**

Wilhelm Rotthaus

„Das Beenden einer Psychotherapie ist für Systemische TherapeutInnen kein Problem; sie erarbeiten mit ihren KlientInnen Ziele, und die Therapie endet, wenn diese Ziele erreicht sind.“ Oder?

Die Ziele können sich ändern, und es können immer neue Ziele auftreten. „Allzu kurze Therapien sind ökonomisch unvernünftig.“ Viele Therapien nebeneinander mit wenigen Therapiestunden sind anstrengend, finanziell unattraktiv und erfordern sehr viel Disziplin und Organisationsarbeit. „In Wirklichkeit sind viele Systemische Therapien nur deshalb so kurz, weil systemische TherapeutInnen Angst haben, sich auf einen psychotherapeutischen Prozess überhaupt einzulassen.“

Die therapeutische Beziehung aber ist – allen Forschungen zufolge – der wichtigste Wirkfaktor von Psychotherapie. „Das Thematisieren der Beendigung einer Therapie kann alte Trennungstraumata der KlientIn aktualisieren, darf also nicht zur Unzeit erfolgen, weder zu früh, noch zu spät.“ Wann beginnt in Ihren Therapien das Ende?

Lassen Sie uns in dem Workshop einen Diskurs darüber führen, wie man eine Psychotherapie gut zu Ende bringt!

D11

**"Im Zentrum des Sturms - Innehalten an der Grenze des Lebens"**  
**Selbstfürsorge-Rituale in der Begleitung Schwerstkranker und Sterbender**  
Eva Sabine Saalfrank

Grenzsituationen bergen die Gefahr, in Panik oder Stress zu geraten und dadurch die Fassung zu verlieren oder zu erstarren. Menschen in helfenden Berufen, die anderen in Notlagen beistehen, meinen häufig, sich selbst schützen zu müssen, um nicht „auszubrennen“. Doch Abgrenzung allein nimmt uns auf Dauer ein Stück von uns selbst. Wie sieht Selbstfürsorge aus, ohne sich vor dem Leid anderer und der eigenen Lebendigkeit zu verschließen? Innehalten. – Inne halten. – Den eigenen Ton finden. In Berührung kommen mit dem Ruhepol in sich selbst, wenn es draußen tobt.

Grenzsituationen fordern heraus Sie zeigen, sich auf das Wesentliche zu besinnen.

In diesem Workshop geht es darum, gemeinsam die Struktur heilsamer Rituale zur Selbstfürsorge zu entwickeln, auszugestalten und zu feiern (feiernd zu gestalten). Wie schaffe ich Raum für das Ritual, wie bilde ich den heilsamen Kreis wie erfrische ich mich selbst

wie reinige ich den Platz, wie gestalte ich die Mitte, wie besinne ich mich, welche Töne summe ich, welche Lieder, Texte singe ich.

D13

**„Kein Werden, kein Vergehen...?- oder: Wie die Vergangenheiten, die einmal Gegenwarten und Zukünfte waren, und die Zukünfte, die einmal Gegenwarten und Vergangenheiten werden könnten, hypnosystemisch als Ge-Zeiten-Kraftwerke für erfüllende Lebensgestaltungen von Moment zu Moment genutzt werden können“**

Gunther Schmidt

Wir kommen nicht darum herum, in der Gegenwart zu leben- und nur in ihr! Immer nur in dieser Zeit entwerfen wir Ziele und definieren wir das, was wir jeweils als Problem/Symptom oder aber als Lösung erleben. Wir sind dabei durch die Maßstäbe von Ist und Soll und ihren Bewertungen die Schöpfer unserer Problem und unserer Lösungen. Je nach dem, wie wir solche Erlebnisprozesse gestalten, gehen sie einher z.B. mit Trauer, Freude, Angst, Wut, Neugier oder weiteren Gefühlen. Jede dieser emotionalen Prozesse kann als sehr wertvolle intuitive Aktion des Organismus gewürdigt und für gesunde und stimmige Entwicklung für die beteiligten Individuen und ihre Systeme genutzt werden. Dass unsere Vergangenheit dabei womöglich „Ursache“ von Problemen in der Gegenwart sei oder uns etwa hindert, Prozesse „abzuschließen“ (was immer das subjektiv heißen mag) und konstruktiven Neubeginn zu entwickeln, erweist sich aus hypnosystemischer Lösungsorientierung als rührender Mythos aus der romantisierenden linear- kausalen Frühzeit der Psychotherapie.

Im Seminar werden viele Interventionen vermittelt, mit denen unsere Vergangenheiten und Zukünfte ebenso wie unsere Gegenwart als hilfreiche Gestaltungschancen für ein optimales Wunscherleben genutzt werden können, und zwar so, dass würdigende „Abschiede“, aber auch viele „Ehrenrunden“ in vermeintlich „Altes“ als Kraftquelle für stimmiges „Neues“ und „Gegenwärtiges“ genutzt werden können. Der Begriff „Abschluss“ kann so eine sehr bereichernde „Öffnung“ erfahren.

D14

**„Finale InTeamitäten!“**  
**Abschiedsprozesse in Teams und Supervisionsgruppen**

Heliane Schnelle

In diesem Workshop erwartet sie eine Fülle von Ideen wie Abschiedsprozesse gesteuert und gestaltet werden können. Sowohl aus Perspektive eines externen Supervisors als auch eines Teamleiters sollen die erarbeiteten Zielumsetzungen des Teams zur Beendigung eines SV Prozesses reflektiert und gewürdigt werden. Berücksichtigt wird dabei die strukturelle (Team und Organisation), der inhaltliche (Umsetzung der gewonnenen Ideen) und die persönliche Ebene (individuelle Kompetenz). Dazu werden praktische Methoden zur Reflexionsgestaltung vorgestellt. Im gemeinsamen Austausch der TeilnehmerInnen werden unter Aspekten des systemischen Arbeitens Stolperfallen erörtert, die sich bei Abschieden auf den Gruppenprozess und die unterschiedlichen Persönlichkeiten in einem Team beziehen. Für die TeilnehmerInnen besteht die Möglichkeit, erste Ideen und Strategien zur Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung für anstehende Beendigungen SV-Prozessen zu entwerfen.

*D17*

**„Anstöße zu guten Beendigungen von generationenübergreifenden Verstrickungen durch Krieg und Nazizeit durch Familienaufstellungen“**  
Gunthard Weber

In diesem Workshop wird an Hand vieler Beispiele erläutert welche Hinweise es auf generationenübergreifende Verstrickungen in therapeutischen Settings gibt und welche Vorgehensweisen sich in der Arbeit mit Familienaufstellungen bewährt haben, dazu beizutragen, das solche einengende Muster mit oft tragischen Folgen gelöst werden können.