

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt  
KDA Südbaden  
Sekretariat  
Habsburgerstraße 2  
D-79104 Freiburg

Seminar – Leben im Buntbereich

#### Veranstalter

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt  
(KDA) Südbaden  
Habsburgerstraße 2, 79104 Freiburg  
Telefon 0761 / 7086343  
Telefax 0761 / 7086349  
E-Mail [kda.suedbaden@ekiba.de](mailto:kda.suedbaden@ekiba.de)  
[www.kda-baden.de](http://www.kda-baden.de)

#### Anmeldung

bei Veranstalter  
Information: Claudia Schweigler

#### Kosten

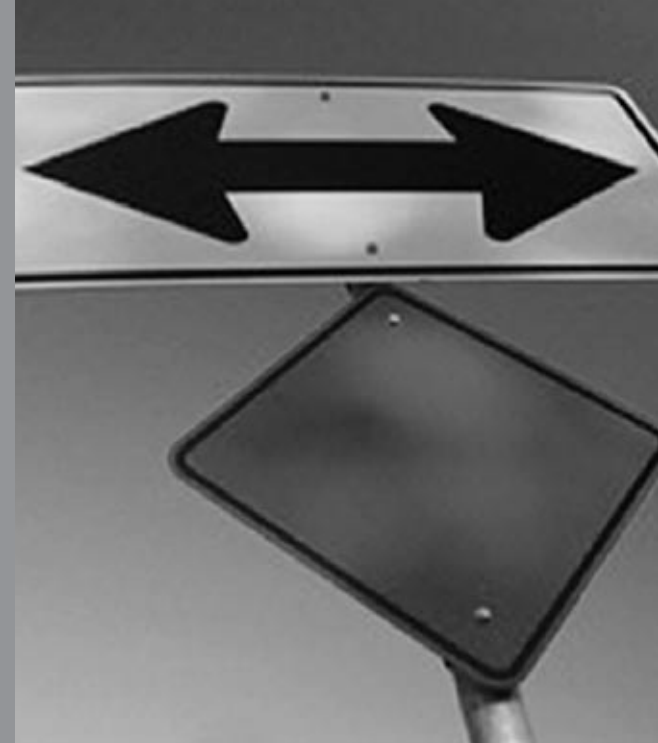
210,- Euro  
zu zahlen nach Erhalt der Rechnung  
(beinhaltet Seminargebühr, Unterkunft  
und Verpflegung)

#### Seminarort

Ev. Tagungsstätte Schloss Beuggen  
79618 Rheinfelden  
Tel. 07623-7519-0  
[www.schloss-beuggen.de](http://www.schloss-beuggen.de)

#### Absagen

Bei Absagen innerhalb von 4 Wochen vor Seminar-  
beginn werden 50%, bei Absagen innerhalb  
von 2 Wochen werden 100% des Gesamtbetrags  
fällig, wenn der Platz nicht anderweitig belegt  
werden kann. Mit der Unterschrift auf dem  
Anmeldeabschnitt stimmen Sie dieser Regelung zu.



Seminar

## Leben im Buntbereich

### Selbstcoaching für systemisch Interessierte

22. – 24. Juni 2012  
Schloss Beuggen, Rheinfelden

Wollen sie trotz aller Verantwortung, die Sie tragen, bei aller Belastung, die Sie empfinden, wieder mehr Freude, Gelassenheit und Leichtigkeit im Umgang mit sich selbst und anderen erleben? Auch wenn der berufliche Alltag manchmal etwas grau erscheinen mag: Leben im Buntbereich ist möglich.

Leben im Buntbereich meint auf schwarz-weiß-Kategorien zu verzichten, richtig und falsch durch mehr oder weniger hilfreich zu ersetzen, automatisierte Gewohnheiten auf ihre aktuelle Sinnhaftigkeit zu hinterfragen und zu nutzen, was ist und was geht.

Klingt schön und gut ... aber machbar?! Ja, wenn es möglich wird, über sich selbst nachzudenken, auf vorschnelle Urteile zu verzichten und zu lernen mit Ambivalenzen und Widersprüchen zu leben.

Vielleicht gehören Sie ja auch zu den Menschen, die im Job möglichst alles richtig machen und/oder es allen recht machen wollen, die immer mal wieder mit sich und doch darauf hoffen, auch aus eigener Kraft, die eigene Wirklichkeit verändern zu können? Dann sind Sie herzlich eingeladen:

Sie lernen in diesem Seminar Möglichkeiten kennen, wie Sie Ihren inneren Kompass zur Orientierung nutzen und zu mehr Gelassenheit und Souveränität finden können. Strategien und Ideen aus dem systemisch-lösungsorientierten Ansatz, der neueren Hirnforschung und der lösungsorientierten Kurzzeittherapie werden vorgestellt und praktisch erprobt.

Die Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist begrenzt, was ein gezieltes und wirksames Arbeiten ermöglicht. Wichtig ist uns Ihre persönliche, aktive Teilnahme.

#### Seminarleitung:

##### **Claudia Schweigler**

Dipl-Pädagogin, Transaktionsanalytikerin  
KDA Südbaden

##### **Andreas B. Günther**

Dipl-Psychologe, Trainer und Berater  
abg coaching, Freiburg

#### Seminarinhalte

- ▶ **Klare Entscheidungen treffen, auch wenn es an äußerer Orientierung fehlt**
- ▶ **Fünfe grade sein lassen, statt unerreichbar perfekt zu sein**
- ▶ **Trotz Normen, Zwängen und Grenzen kreative Möglichkeiten entdecken, um handlungsfähig zu bleiben**
- ▶ **Das richtige Maß an Effizienz finden, um nicht „heiß zu laufen“**
- ▶ **Mit Widersprüchen und Ambivalenzen zurechtkommen, um entscheidungsfähig zu bleiben**

#### Seminarzeiten

##### Freitag, 22. Juni

15.30 Uhr Anreise und Einchecken

16.00 – 18.30 Uhr

20.00 – 21.30 Uhr

##### Samstag, 23. Juni

09.00 – 12.30 Uhr

15.00 – 18.30 Uhr

##### Sonntag, 24. Juni

09.00 – 12.30 Uhr

Ende mit dem Mittagessen

##### Davor und danach

jeweils um 8.00 Uhr und 19.00 Uhr

Atempausen für die Seele

**A N M E L D U N G** zum Seminar: 'Leben im Buntbereich' von 22. - 24. Juni 2012  
Nr. 22  
Bitte diesen Abschnitt an umseitige Adresse schicken oder faxen an: 0761 / 7086349 (\* = Angabe erforderlich)

Name, Vorname\*

Geburtsjahr\*

Straße\*

PLZ / Ort\*

Telefon\*

E-Mail\*

beschäftigt bei

in der Funktion als

Datum / Unterschrift\*