

Zu diesem Forum laden ein
Norbert Poppe und Dr. Michael C. Funke

Eine gemeinsame Werkstatt von
TRANSFORMHAUS und der
BERATERWERKSTATT LEIPZIG

ZUR MITTE HIN ... Auftanken in unsicheren Zeiten

am 31. März 2021
von 15 bis 18 Uhr - Online



Wie Auftanken in unsicheren Zeiten ...

Fast ein Jahr verändert die Covid 19 Pandemie unser Leben in allen Bereichen. Bei Freund:innen und Kolleg:innen und auch bei uns selbst merken wir, welche es Kraft es kostet. Das Wohlwollen weicht stiller Ermüdung.

Dabei sind wir als Berater:innen, Trainer:innen, Lehrer:innen fast auf der gleichen Seite wie die, die sonst Rat suchen, sich trainieren lassen oder bei uns lernen.

Unsere Idee für diese Werkstatt ist ...

einen Impuls in die andere Richtung zu senden.

Wir kombinieren ...

- › einen Marktplatz mit Austausch und Vernetzung
- › Sechs Impulsräume für das Erfahren und Ausprobieren von verschiedenen Angeboten guter Regeneration ... und einen Raum für Stille



Den Online-Raum anders nutzen ...

Wir kommen in Austausch mit anderen:

- › Was hilft uns gerade und morgen, was gibt uns Kraft ... was lässt uns Mitte finden?
- › Wie lassen sich Angebote gut und auch online gestalten?

Für wen ist das Angebot

- › Für alle, die genau diesen Bedarf spüren und sich auf dem Weg sind, sich selber gut aufzuladen
- › Für alle die, die genau das für andere suchen (ihr Team, ihre Organisation, ihr Netzwerk)
- › Für Berater:innen, Coaches, Lehrende, die sich mit gleichen Fragen beschäftigen.

Was man mitbringt ...

- › Interesse, Neugier und Lust

Werkstatt am 31. März ...

14.45

Ankommen ...
plaudern, Kaffee trinken ...

15:01

Wir begrüßen uns ...
Was führt uns hierher ...?

- › alle zusammen
- › zu dritt

um 15:27 ...

Ein Blick auf den
Marktplatz heute ...



Jede:r hat die
Möglichkeit, zwei
verschiedene
Impulsräume zu
besuchen.

15:35
SESSION I

16:20
We meet us ...
Lounge

16:30
Session II

18:00 Uhr
Ende
... sit together

... so um 18:30 Uhr
schliessen wir ab

Impulsräume

AUFTANKEN mit dem Zürcher Ressourcen Modell ZRM®

Gerade in krisenhaften Zeiten ist der Zugang zu individuellen Ressourcen besonders wichtig. Das Zürcher Ressourcen Modell, kurz ZRM®, bietet hierzu kreative Methoden an, die in diesem Workshop kurz vorgestellt werden.

ZRM® findet in Coaching, Beratung und Schule breite Anwendung. Wer vor allem für den persönlichen Gebrauch nach Selbstmanagement-Tools sucht, ist bei ZRM® ebenfalls richtig.

»IF YOU CAN BREATHE ... you can do yoga«

Es gibt verschiedenen Möglichkeiten die eigenen Kraftquellen zu nutzen, oder sich neue zu erschließen und eine Möglichkeit ist Yoga. Für mich ist Yoga ein Weg zu wahren Seelenfrieden. Für viele von uns und gerade in diesen Zeiten etwas Seltenes. Yoga ist für alle da und Yoga beginnt, wo immer wir sind. Und ... Yoga macht Freude! (nachgewiesen)



Gabriele Palm-Funke

Coach, PSI-Kompetenzberaterin

gpalmfunke@klarschiff-coaching.de
www.klarschiff-coaching.de

Veronika Poppe

Ich lebe und arbeite in Potsdam und unterrichte seit 2011 Yoga. Mein Ansatz ist es immer, ein auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenes Yoga zu unterrichten. Meine Absicht: die Essenz des Yoga ist für alle zugänglich und kann für alle wertvoll sein.

veronika.poppe@web.de

SCHREIBEN MACHT SINN.

Kreatives Schreiben im (Selbst-)Coaching

Der Workshop ist eine Einladung, in die Weiten des Sinn-Schreibens hineinzuschnuppern. Wir werden zwei bis drei kleine Methoden des kreativen Schreibens ausprobieren, die uns in unseren Ressourcen stärken können.

Es sind ausdrücklich auch Menschen herzlich eingeladen, die glauben, dass Schreiben "nicht so ihr Ding" sei.

WIE FÜHRE ICH MICH, WIE FÜHREN WIR UNS - IN KRISENZEITEN

Diese Krise verändert den Blick auf und den Umgang mit Arbeit. In diesem Workshop werden wir unsere Erfahrungen nebeneinanderlegen und anhand von zehn Erkenntnissen aus der Krisenforschung herausarbeiten, was es heißt, sich selber und andere gut durch diese Zeit zu führen.



Irene Beyer

coaching schreiben demokratie.
Dipl.-Politikwissenschaftlerin,
systemische Coach DGfC und
Schreibberaterin
ansässig in Berlin

www.irene-beyer.de,
post@irene-beyer.de

Dr. Michael C. Funke

Organisationsberater, Coach,
Supervisor, Mitbegründer der
BERATERWERKSTATT Leipzig.
Als Physiker promovierte er über
Unordnung und Chaos und hat
daraus gelernt.

funke@dieberaterwerkstatt.com
www.dieberaterwerkstatt.com

MIT DEM MONOCHORD - ein musikalischer Ansatz zur Entspannung

Sich ohne lange Flugzeit an schöne Orte zu begeben und dort zu verweilen, kann in Pandemiezeiten wohltuend sein und entlastend wirken. In meinem Workshop reisen wir zu einem eigenen Wohlfühlbild ...

SPIELEN?!

Einfach mal Abschalten und Spaß haben? In diesem Workshop sind alle willkommen, die gerne mal wieder nach Herzenslust spielen wollen. Wir spielen verschiedene Spiele und profitieren hierbei von dem, was Spiele bieten: Freude, Action, Spannung, Gemeinsamkeit, Kommunikation und Interaktion.

MEIN LEBENSMANDALA

Lust mal genauer hinzuschauen, wie es in den verschiedenen Lebensbereichen aktuell aussieht? Dann bitte ein großes Blatt Papier und Stifte bereitlegen. Wir nehmen uns in diesem Workshop die Zeit und den Raum, den Ist-Stand festzuhalten und zu reflektieren.



Claudia Generotzky

Supervisorin DGsv, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Musiktherapeutin M.A., Tätigkeit in eigener Praxis

www.coaching-super.vision
claudia.generotzky@posteo.de

Isgard Walla

ist Diplom-Pädagogin und Coachin mit langjähriger Berufserfahrung und Expertise in den Themenfeldern Medienbildung, Jugendarbeit und digitaler Partizipation. Ihre Motto: Es wird ja viel zu wenig gespielt.

kontakt@walla-coaching.de
www.walla-coaching.de

Kostet das Geld ...?

- › Wenn es passt ...
 - › Das was es mir wert ist ...
- Zwischen 5 und 50,- € sind die Spielräume offen.

Wer eine Rechnung braucht, gibt dies bei der Zahlung mit den Daten an.

Interesse

Einfach eine Mail senden
werkstatt@transformhaus.de

Mit dem Stichwort »Werkstatt Zur Mitte hin«

»Ich will dabei sein«
oder
»kann nicht, aber mich interessiert, was Ihr macht«

Dann senden wir alle Daten zu.



Idee & und Einladung

Norbert Poppe und Dr. Michael C. Funke denken gerade gemeinsam immer wieder nach, was man in diesen pademischen Zeiten als Berater hilfreich anbieten kann.

Die Idee WERKSTÄTTEN zu organisieren, gibt es schon lange. Jetzt realisieren wir № 1 online ...

KONTAKT

Norbert Poppe
TRANSFORMHAUS

030-94399420
werkstatt@transformhaus.de



ZUR MITTE HIN ...

Das Team der Werkstatt



Dr. Michael C. Funke



Irene Beyer



Claudia Generotzky



Veronika Poppe



Gabriele Palm-Funke



Isgard Walla

Wir freuen uns!



Norbert Poppe