

Summer Academy Limnos *Wege zu gelingenden Beziehungen*

In diesem Zyklus zur **Persönlichkeitsentwicklung** und **Selbsterfahrung** auf der griechischen Insel Limnos geht es um alle Formen und Möglichkeiten von **Beziehungen** und deren Gelingen im **beruflichen** wie **privaten** Kontext.

Auf dieser Reise ergründen wir die **vier Dimensionen gelingender Beziehung**

I. Beziehung zu mir - **Selbstbild**

II. Beziehung zu den "Dingen" - **Achtsamkeit**

III. Beziehung zu den anderen - **Empathie für Parallelwelten**

IV. Beziehung zu Transzendentelem - **Sicherung von Werten**



Weitere Themenkreise die in den Einzel- und Gruppenübungen bearbeitet werden sind...

...tiefer in den Grund der Seele einzutauchen - eigene Rituale und Muster zu hinterfragen und neue Möglichkeiten entwickeln für Begegnung und Nähe.

...die eigene Wirklichkeit und Konstruktion zu erleben und neu zu gestalten

...die eigenen Bedürfnisse und die anderer wahrzunehmen

...Unerfülltheit und Mangel mit Ihren Enttäuschungen zuzulassen

...Spirituelle Abkürzungen (spiritual bypassing) - was die Liebe nährt

...Versöhnungen und schließlich

...Selbstumarmung und das liebende Selbst.

In der Auseinandersetzung mit vergangenen gelungenen oder gescheiterten Beziehungen werden wir Potentiale entwickeln und entfalten, die es uns wieder ermöglichen den ureigenen inneren Raum und die Geborgenheit zu erleben und auszufüllen.

Zu einem erfüllten Leben gehören auch die Schattenseiten des Selbst und von Beziehungen - das Paradox der vielen Möglichkeiten zu zulassen bedeute für uns diese wieder voll auszuschöpfen.

Methodik

In diesem Zyklus werden unterschiedliche Formen der Gruppenreflexion, Vortrag, Gruppendynamik, Körperarbeit und Methoden der Gruppenanalyse und des systemischen Coaching sowie der Beratung angewendet um die Selbsterfahrung und Selbstreflexion anzuregen und entscheidend für ihre Persönlichkeitsentwicklung beizutragen.

Was sind die Ziele ?

Ziel ist die Bandbreite unserer Beziehungsfähigkeit zu vergrößern und für den zukünftigen Alltag beruflich wie privat gestärkt und bereit zu sein. Gemeinsamkeit zu erleben und zu genießen um als Mensch wieder ganz sein zu können.

Denn der Weg zum Ich und dem eigenen Original führt über das DU. (frei nach Martin Buber)

□

Termin

01. - 15 Juli 2019

Aufnahmegespräch erforderlich mit der Workshopleitung Elfriede Tomaschek
+43 676 630 70 56 e.tomaschek@esba.eu

Leitung

Elfriede Tomaschek

Lehrbeauftragte der E•S•B•A; Lehrcoach und Senior Coach (ACC), Psychotherapeutin, Supervisorin, Langjährige Tätigkeit als Therapeutin und Leiterin im Gesundheitswesen; Ausbildungen in tiefenpsychologischer analytischer Körpertherapie, diverse Fortbildungen zu systemischen Interventionen und zu systemischer Aufstellungsarbeit.



Hans Tomaschek

Ausbildungsleiter der E•S•B•A, Lehrcoach und Senior Coach (ACC), Unternehmens- und Organisationsberater, Mediator, Supervisor, Ausbildungen in systemischer Einzel- und Familientherapie, Gruppenanalyse, Studium der Rechtswissenschaften, Langjährige Tätigkeit als Personalleiter im Handel und Institutsleiter im Gesundheitsbereich, Initiator und Leitung zahlreicher Kriseninterventions- und Beratungsstellen.



Kosten

pro TeilnehmerIn Euro 1.050,- (exkl. 20% USt.) ohne Flug, Verpflegung und Unterkunft

Seminarort

E•S•B•A - Seminarzentrum MANDRA

Kaspakas/ Agios Joannis

Limnos/Greece

www.esba.eu



Info und Anmeldung unter: Susanne Schwarzer

s.schwarzer@esba.eu

+43 676843 145 215

Bitte buchen Sie möglichst frühzeitig – spätestens aber vier Wochen vor Start.