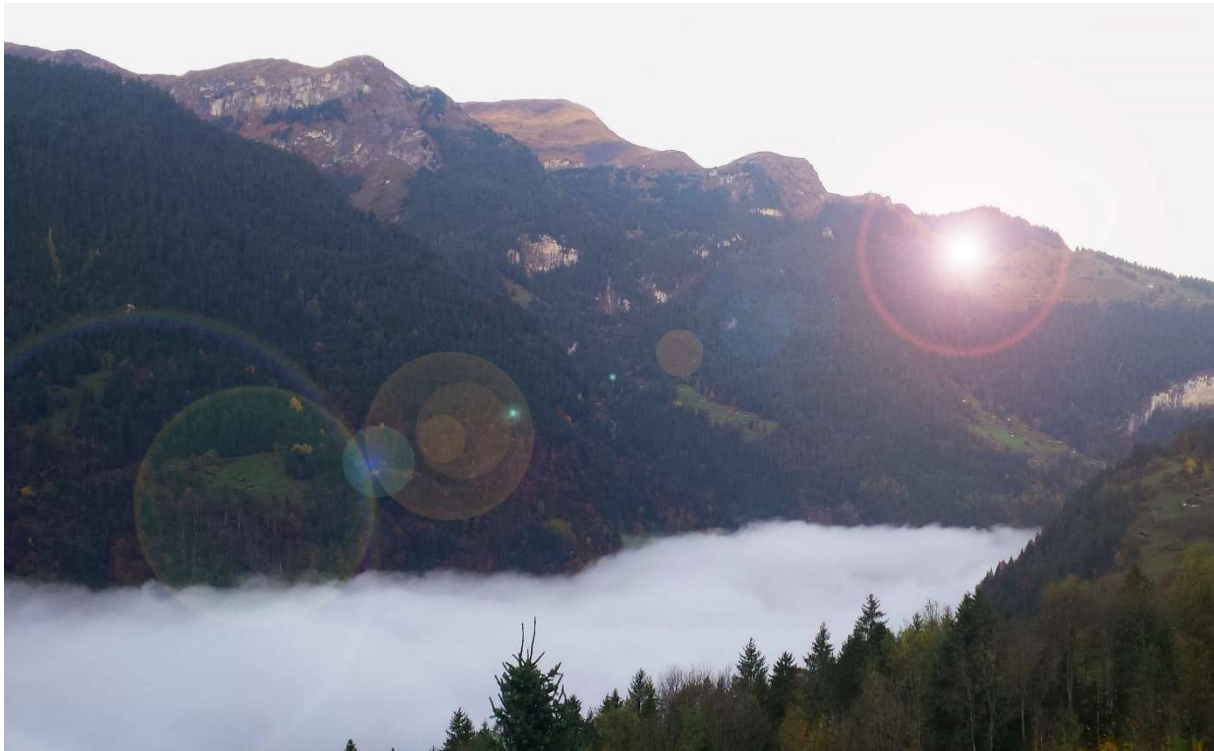


Workshop-Reihe: „Das Leben kommt von vorne“

„Meine Vision“



Trainerinnen: Tina Meyer und Iris Mederer

Ort: Online über Zoom

Wann: 19.06.2021 von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Kosten: 240 EURO

Für wen: Corona hat viele verwirrt und verunsichert. Wie kann ich in unsicheren, unbeständigen Zeiten eine Vision entwickeln und verfolgen?

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die ihre Vision suchen. Dabei könnten innere Fragen sein:

- Wofür bin ich auf der Welt?
- Wo will ich in 5 / 7 Jahren stehen?
- Wenn ich sterbe, was möchte ich getan haben, um nicht bedauernd auf mein Leben zu schauen?

Der Workshop richtet sich an Menschen, die gerne dabei unterstützt werden wollen oder Werkzeug an die Hand bekommen wollen, ihre Vision zu realisieren.

Was habe ich am Ende des Tages: Meine Vision für die nächsten 5 bis 7 Jahre ist erarbeitet, ich habe einen zentralen Satz für mich gefunden und formuliert. Zudem ist ein Storyboard erarbeitet, mit dem ab heute sich mein Leben so verändern wird, dass die Vision in 5 bis 7 Jahren Realität ist. Ich bin Mitglied einer Gruppe, die mich in meiner Veränderung begleiten wird und in der ich die anderen Menschen in ihrer Veränderung begleiten werde.

Kurzzusammenfassung: Nach den Methoden von Dr. Steven Gilligan und Robert Dilts werden die Teilnehmenden die 6 Schritte der generativen* Visionsarbeit gemeinsam durchlaufen. Die Arbeit beinhaltet den Aufbau eines generativen Feldes, in dem das ganze Wissen jeder einzelnen Teilnehmenden zur Verfügung steht. Die Teilnehmenden sammeln ihre Ressourcen, die sie für den Veränderungsprozess benötigen werden, um dann die Reise auf einem Zeitstrahl anzutreten. Am Ende dieser Reise steht die Vision und zwischendrin schauen wir noch auf die möglichen Verhinderer, die sich jeder einzelnen Person möglicherweise in den Weg stellen werden.

Inhalt: Nur wer ein Ziel vor Augen hat oder es spürt, macht sich auf den Weg. Denn wohin gehen ohne Ziel? Was aber, wenn das Ziel verschwommen ist oder wir es aus den Augen verloren haben.

Viktor Frankl, der Begründer der Logotherapie, sagt: „Jeder Mensch braucht einen Sinn im Leben.“

Dieser Workshop verknüpft Sinn mit Vision und geht damit der Frage nach, was möchte ich mit meinem „restlichen“ Leben „noch“ anfangen? Denn „Heute beginnt der Rest deines Lebens“ (Songtext von Udo Jürgens)

Eine Vision entwickelt sich selten nebenbei, aber mit geleiteter Unterstützung lässt sie sich herausarbeiten und formulieren:

Die TeilnehmerInnen werden durch einen 6-Schritte-Prozess nach Robert Dilts und Dr. Stephan Gilligan geführt mit dem Ziel, eine Vision entstehen zu lassen, sowie die ersten Schritte zu definieren auf dem Weg zu Erfüllung dieser Vision.

Die Teilnehmer gehen mit einer Vision oder einem klaren Ziel aus dem Workshop und werden in Tandems oder Gruppen die Aufgaben im Alltag regelmäßig reflektieren und sich gegenseitig unterstützen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und den gemeinsamen persönlichen Mehrwert, der sich aus dem Workshop ergeben wird.

Ihre Trainerinnen

Tina Meyer und Iris Mederer