

Strukturen entdecken – ruhiger werden

Kurz-Seminar zur Persönlichkeitsentwicklung

Ohne Struktur, ohne Systematik, ohne Zuordnung, ohne den Platz im großen Ganzen zu sehen, ist es unübersichtlich. Dann können sich Aufzählungen oder Aufgaben belastend anfühlen und vielleicht fühlen Sie sich verloren oder orientierungslos. Zusätzlich kann es zu Missverständnissen führen, wenn eine einzelne Information ohne Zuordnung zusammenhanglos umherschwebt.

Strukturierung bringt Erleichterung und Sicherheit.* In der Biologie ist es ganz einfach: Jede Tierart und jede Pflanzenart hat ihren festgelegten Platz in der Systematik. Doch wie ist es mit anderen Themen, mit Sachthemen und insbesondere mit Themen, die direkt oder indirekt mit Gefühlen zu tun haben? Abgesehen von der Biologie und manchen technischen Bereichen gibt es häufig keine vorgefertigte Ordnung. Beispiel: Wenn Sie einem Menschen eine persönliche Frage stellen und dieser Mensch erzählt und erzählt und erzählt, dann ist das Aufnehmen der Informationen mit einem vorhanden Ordnungssystem, in das Sie die einzelnen Informationen hineinsortieren können, leichter. Dieses spezielle Ordnungssystem, das in dieses Gespräch passt, gibt es noch nicht, aber Sie können es erstellen.

* = Selbstverständlich ist es eine Frage der Empfindung. Zuordnung, Einordnung, Kategorisierung kann auch als einengend, langweilig oder gefühllos empfunden werden.

Im Seminar gehen wir Beispiele durch und erstellen verschiedene Ordnungssysteme. Sie können herausfinden, welche Art der Strukturierung Ihnen am besten gefällt. Bringen Sie gern Beispielsituationen mit, in denen Ihnen die Übersicht oder der Durchblick fehlte.

Jeder darf etwas sagen. **Niemand muss** etwas sagen. Jeder darf sich etwas anhören. Niemand muss sich etwas anhören. Selbstverständlich bleibt alles Gesprochene in diesem Raum und wird nicht nach außen getragen.

Zeit: Samstag, **28.09.2024, 15 - 19 Uhr**

Ort: **Bäbelitz** 6, 17179 Behren-Lübchin (6 km von der A 20, Abfahrt Bad Sülze)

Teilnehmer: mind. 3, max. 6

Teilnahmegebühr: **50 €** pro Person (42,02 € netto + 19 % Umsatzsteuer 7,98 € = 50 € brutto)

Anmeldung unter 0173/ 61 72 774 oder info@mensch-tier-gemeinsam.de

**Ausstrahlung,
persönliche Wirkung
und Kommunikation**

Dipl.-Ing. **Alessa Knoop-Lübke**, M.A.

www.mensch-tier-gemeinsam.de