

Online-Workshop

Zusammen sind wir stark

Kollektiv Resilienz entwickeln in Krisenzeiten

*Eine Krise ist eine Trennung vom Vertrauten,
ein plötzliches Eintreten in eine neue Atmosphäre,
die oft verlangt, dass wir an dieser Herausforderung
wachsen.*

Rebecca Solnit



Die vielfältigen sich entfaltenden Krisen unserer Welt versetzen uns immer mehr in bisher ungekannte Situationen und erzeugen verständlicherweise starke Gefühle. Die Emotionen, die dadurch aufkommen und uns belasten, seien es Angst, Verzweiflung, Wut, Verlust- oder Ohnmachtgefühle, können uns jedoch nicht mehr bestimmen, sobald wir sie anschauen und transformieren. Der Kreis ist der Ort, in dem wir geschützt und gehalten sind und das aussprechen können, was sonst oft unaussprechlich erscheint. Ein kollektiver Ansatz ist sinnvoll, da die gegenwärtigen Krisen (Pandemie, Artensterben, Klimakollaps...) viel größer sind als jede:r von uns alleine fassen und halten kann. Aus der Hingabe an unser gemeinsames Dilemma erwächst die Kraft der Transformation.

Mit dem Online-Workshop „Zusammen sind wir stark“ wollen wir einen Raum anbieten, in dem wir uns gegenseitig Unterstützung geben können. Wir gehen in dieser Session gemeinsam durch einen nährenden, co-kreativen Prozess, der auf der sogenannten „Arbeit, die wieder verbindet“ nach Joanna Macy basiert.

Wir beginnen mit Dankbarkeit, würdigen unseren Schmerz um die Welt, sehen die Welt mit neuen Augen und brechen schließlich auf, um zu handeln. Der Weg durch diese Phasen hat eine stärkende Wirkung, die sich mit jeder Wiederholung vertieft.

Leitung



Claudia Junker

Personal- und Organisationsentwicklerin, Systemische Beraterin (SG), Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten spirituelle Ökologie, Kommunikation und Gruppenprozesse.



Walter Oelschlaeger

Staatlich anerkannter Erzieher, Focusing-Berater, zertifizierter Mediator, zertifizierter Beziehungstrainer, Yoga-Kursleiter, Atemkursleiter.

Termin: s. aktuelle Termine auf der Website. Anmeldeschluss 3 Tage vor Workshoptermin.

Teilnahmevoraussetzungen: Stabile Internetverbindung, (eingeschaltete) Kamera und Mikrofon.

Teilnahmegebühr: nach eigenem Ermessen.

Falls Du nach dem Workshop das Bedürfnis verspürst, aus Wertschätzung oder Dankbarkeit für unsere Arbeit etwas zurückzugeben, dann freuen wir uns über eine Zuwendung. Dies ist jedoch keine Bedingung für die Teilnahme, denn wir bieten unsere Arbeit nicht als Ware an. Wir sind in Dankbarkeit für die Gaben, die wir selbst erhalten und die uns dazu befähigen, diese Arbeit in die Welt zu bringen. Aus diesem Gefühl heraus geben wir mit Freude. Dankbarkeit nährt Großzügigkeit nährt Dankbarkeit usw.

Du erhältst nach Abschluss des Workshops eine Mail mit Möglichkeiten, uns eine Zuwendung zu geben, die Deine Wertschätzung im Rahmen Deiner Mittel widerspiegelt. Dies ist vollkommen freiwillig.

Wir geben diesen Workshop von Herzen und wünschen uns zugleich Deine verbindliche Teilnahme, wenn Du Dich anmeldest. Deshalb berechnen wir eine **Ausfallgebühr** von 15 Euro wenn Du weniger als 3 Tage vor dem Termin absagst oder nicht zum Workshop erscheinst.

Wir arbeiten in unseren Workshops mit kleinen Gruppen von 6-9 Teilnehmenden. Deshalb macht jede/r Einzelne einen Unterschied, damit das Workshop-Konzept aufgeht. Meist haben wir auch eine Warteliste von Menschen, die gerne teilnehmen würden, aber keinen Platz mehr erhalten haben. Aus Wertschätzung gegenüber diesen Menschen und unserer Arbeit möchten wir jeden verfügbaren Platz besetzt sehen.

Anmeldung: <https://tiefe-anpassung.de/anmeldung/>