

Bevor ich in den Brunnen falle...

Burn-out-Prophylaxe für alle die, die einem Ausgebrannt-Sein vorbeugen möchten

Ein Workshop auf Rügen

Ziel:

Unser beruflicher Alltag fordert uns in vielerlei Hinsicht heraus. Die Anforderungen, denen wir uns dabei stellen müssen, entsprechen jedoch nicht immer unseren zur Verfügung stehenden Ressourcen. Zwar glauben wir nicht selten, noch ausreichend Ressourcen „vorrätig“ zu haben, doch vergessen wir all zu oft, dass auch Ressourcen wieder aufgeladen werden müssen. Daher ist es wichtig zu wissen, welche Möglichkeiten, Erfahrungen und Fähigkeiten zur Verfügung stehen, und vor allem, welche und wie viel davon wir beruflich zum Einsatz bringen wollen. Bei diesem 4-tägigen Workshop auf Rügen wird es darum gehen, in einer erholsamen Umgebung mit Hilfe kreativer und schöpferischer Übungen, Methoden zu entwickeln, die Achtsamkeit für eigene Ressourcen zu sensibilisieren sowie Ideen zu entdecken, wie diese regelmäßig in einem realisierbaren Rahmen gestärkt werden können.

Zielgruppe:

Personen, die durch ihren beruflichen Alltag stark gefordert sind und sich für die Gegenwart und Zukunft Gutes tun wollen.

Inhalte:

systemisch orientierte Sichtweisen zum Phänomen „Burn out“
künstlerisch-sprachlich basierende Methoden zur Erkundung eigener Fähigkeiten
Ressourcenaufstellungen
Visualisierung eigener Ressourcenparameter
Kreatives, lösungsorientiertes Vorgehen

Leitung: **Günther Geiken**

Dipl.-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, systemischer Lehrtherapeut und lehrender Supervisor der Systemischen Gesellschaft, Leitender Psychologe in der Kinder- und Jugendpsychiatrie Aschendorf

Martina Freericks

Dipl.- Kunsttherapeutin, tätig als Kinder- und Jugendpsychotherapeutin i.A. in der kinder- und jugendpsychiatrischen Institutsambulanz der KJP Aschendorf

Datum: 31. März – 04. April 2011

Zeit: Donnerstag, Beginn um 13 Uhr mit einem kleinen Mittagessen.
Montag, Ende um 13 Uhr mit einem kleinen Mittagessen
Die genauen Seminarzeiten werden vor Ort vereinbart, um auch Zeit für einen Spaziergang am Meer mit einzuplanen.

Seminarort: Ostseebad Sellin auf Rügen, Haus Victoria



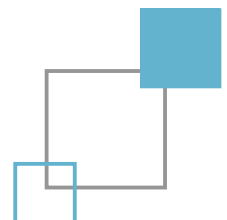
Kosten: 450,- EURO in Doppelwohnung mit zwei separaten Schlafräumen
495,- EURO in Einzelwohnung
Der Seminarpreis versteht sich inklusive Seminarpauschale (Getränke, Kuchen), 4 x Übernachtung mit Frühstück und Mittags-Snack (ohne Abendessen), Endreinigung und Pkw-Stellplatz.

Verlängerungsnächte sehr gern möglich Preis nach Absprache

Weitere Informationen und Anmeldung beim:

isiberlin

Kopenhagener Straße 68 10437 Berlin
fon 030/449 62 92 fax 030/449 62 93
info@isiberlin.de www.isiberlin.de



isiberlin gGmbH
Institut für Systemische Impulse und Ausbildung
Kopenhagener Straße 68

10437 Berlin

Anmeldeformular

Die Anmeldung gilt mit Zahlungseingang. Sie erhalten eine Bestätigung.

- hiermit melde ich mich zu dem dreitägigen Workshop
Bevor ich in den Brunnen falle...
Burn-out-Prophylaxe für alle die, die einem Ausgebrannt-Sein vorbeugen möchten
mit Günther Geiken und Martina Freericks im Ostseebad Sellin auf Rügen an.

Datum: 31. März – 04. April 2011

Name, Vorname _____

Adresse _____

Telefon _____

Unterbringung in Einzelwohnung (495,-€) in Doppelwohnung (450,- €)

Workshops und Seminare des isiberlin sind keine Therapie und setzen eine normale psychische Belastbarkeit voraus. Mit den unten genannten Anmeldebedingungen bin ich einverstanden:

Ort: _____ Datum: _____ Unterschrift: _____

Anmeldebedingungen

Nach Eingang der jeweiligen Seminargebühr erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Sollte die Veranstaltung ausgebucht sein oder nicht durchgeführt werden können, erhalten Sie den Betrag ohne Abzug zurück. Bei Rücktritt Ihrerseits bis 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn überweisen wir die eingezahlte Gebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 25 Euro zurück. Ein Rücktritt zu einem späteren Zeitpunkt ist nur möglich, wenn der Platz von einem Nachrücker bzw. Ersatzteilnehmer gebucht wird.

Bankverbindung

Berliner Volksbank, Konto 7141172004, BLZ 10090000
Faxnummer: +49 30 449 62 93