

„Aus Konflikten entsteht Stress – und Stress erzeugt Konflikte“

Mehrdimensionales Konflikt.management

Ein praxisorientierter Tagesworkshop, um Konfliktsituationen vorzubeugen oder nachzubearbeiten und um den begleitenden Stress zu minimieren.

Konflikte gehören zu unserem Leben, sie machen es aber nicht gerade angenehm. Ihnen ganz auszuweichen ist nicht möglich. Aber es ist möglich, ihnen leichter und bewusster zu begegnen. Konflikte erzeugen oft viel Stress, und das wiederum zieht weitere Konflikte nach sich. Dabei gibt es einige wirksame Möglichkeiten, diese Konflikt- und Stress-Spirale zu durchbrechen. Wir zeigen Ihnen an diesem Tag, wie Ihnen ein produktiver und entspannter Umgang mit Konflikten gelingt.

Wann ist dieser Workshop interessant für Sie?

Wenn Sie wissen und erleben wollen ...

- Wie beeinflusst ein Konflikt meine Gedanken, Emotionen und meine Körperlichkeit? Und was ergibt sich für mich daraus?
- Wie beeinflusse ich den Verlauf eines Konfliktes?
- Wie bekomme ich Klarheit in einer Konfliktsituation?

AGENTUR SPÜ.K

Eine Kooperation von:
kreatiefsinn 
kreativ in coaching & ideen

- Wie kann ich meine Energiekompetenz steigern?
- Was tun, wenn mir „immer das gleiche Unglück“ passiert?
- Wie verliere ich die Angst vor weiteren Konflikten?

Der wahrnehmbare Nebeneffekt dieses Tages: Sie steigern Ihr Selbstbewusstsein, fühlen sich motivierter und zufriedener, intensivieren die Wahrnehmung Ihrer Sinne für Ihr eigenes Verhalten und das Ihrer Umwelt. Sie gehen selbstbewusster und gesünder mit Konflikten um. Und das wirkt sich nicht nur positiv auf Ihre Gesundheit aus, sondern auch auf die „Konfliktstimmung“ Ihrer Umgebung!

Unsere Methoden

Wir arbeiten mit respektvollen Methoden, die jeden Menschen in seiner speziellen Situation wahrnehmen. Achtsamkeit im Umgang miteinander ist uns wichtig. Sie bekommen keine Methoden „übergestülpt“, sondern finden anhand methodischer Anregungen Ihren persönlichen Zugang zu Ihrer ganz eigenen Lösung – damit es eine dauerhafte Lösung ist.

„Aus Konflikten entsteht Stress – und Stress erzeugt Konflikte“

Mehrdimensionales Konflikt.management

Termin: Samstag, 9. Oktober 2010, 10:00 – 17:00 h

Ort: in den Räumen des Turnvereins 1846 Mainz-Weisenau e.V.,
An der Turnhalle 7, 55130 Mainz

Referentinnen:

- Dana Haralambie, Trainerin, systemischer Coach & Autorin, Bonn (www.agentur-spuk.de)
- Michaela Höhle, Trainerin, Kreativ- & Resonanz-Coach, Mainz (www.kreatiefsinn.de)

Teilnahmeinvestition: 215,00 Euro inkl. MwSt.

Gruppengröße: mind. 14 bis max. 18 Personen. Dies bietet Raum und Zeit für einen aktiven Austausch und die Bedürfnisse jeder einzelnen Person und deren ganz spezifisches Anliegen.

Anmeldung an: kreatiefsinn – kreativ in coaching & ideen
Michaela Höhle, An der Turnhalle 3, 55130 Mainz
Telefon 0 61 31 / 58 62 513, Mobil 01 70 / 24 48 629
Fax 0 61 31 / 58 62 512 oder per Mail an kontakt@kreatiefsinn.de

Eine Kooperation von:

AGENTUR SPUK

kreatiefsinn 
kreativ in coaching & ideen

Überweisung auf das Konto: Michaela Höhle, kreatiefsinn,
Mainzer Volksbank eg, BLZ 551 900 00, Konto 676 500 010

Anmeldefrist: bis zum 24. September 2010. Mit der Überweisung des Betrages ist Ihnen ein Platz sicher.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Indoorschuhe, normales Handtuch 50 x 70 cm, Getränke

Hinweis: Es sind keine sportlichen Voraussetzungen erforderlich.

Wir freuen uns auf Sie!



Michaela Höhle &



Dana Haralambie

kreatiefsinn 
kreativ in coaching & ideen

AGENTUR SPUK