

Was die Raupe Ende der Welt nennt,
nennt der Rest der Welt Schmetterling.

LAO TSE

Wokshop

Neues wagen?

Veränderungen
mitten im Leben

Termin

- Freitag, **22. November** 2013
19.30 – 21.30 Uhr
- Samstag, **23. November** 2013
10.00 – 17.30 Uhr

Ort

- Clara-Zetkin-Haus
Gorch-Fock-Straße 26
70619 Stuttgart (Sillenbuch)
Telefon 07 11/47 12 35

Seminargebühr

- Frühbucher € 140,- pro Person (bis 31.10.2013)
- nach 31.10.: € 160,- pro Person

Anmeldung

- per E-Mail unter
gruenewald.ursula@googlemail.com

Wir freuen uns auf Sie!



www.lebens-wandel-gestalten.de

Beratungsteam: **LebensWandel**



Ursula Grünewald

Trainerin | Coach | Empathische Mediatorin

- Studium: Latein und Biologie in Heidelberg, Paris und Freiburg
- über 20 Jahre lange Berufserfahrung als Waldorf-Klassenlehrerin in Stuttgart
- langjährige Mitarbeit in der Schulleitung
- Weiterbildung zur *Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation*, zum *Coach für Persönlichkeitsentwicklung* und zur *empathischen Mediatorin*
- Gründung von **LebensWandel ... Wege aus Krisen und Konflikten ... Schritte zu sich selbst**
- das Angebot von **LebensWandel**: Beratungsgespräche, Vorträge, Workshops und Mediationen



Tom Bäumer

Dr. jur. | Systemischer Berater

- Studium, Promotion und Anwaltstätigkeit
- Leitende Führungspositionen in der Versicherungswirtschaft
- *Systemischer Unternehmensberater* für Firmen im In- und Ausland
- *Mitgeschafter* eines Zentrums für persönliche und berufliche Fortbildung
- Vater von sechs Kindern
- *Coach*

Wege aus Krisen
und Konflikten

LebensWandel

Schritte zu sich selbst

Telefon 0711/57 64 91 58

gruenewald.ursula@googlemail.com

Die aktuellen Termine finden Sie unter

www.lebens-wandel-gestalten.de

Wege aus Krisen
und Konflikten

LebensWandel

Schritte zu sich selbst

Ursula Grünewald

Trainerin | Coach
Empathische Mediatorin

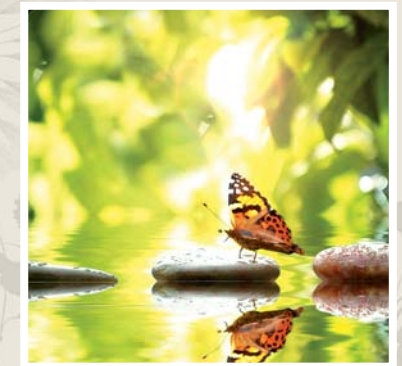
Tom Bäumer

Systemischer Berater

Workshop

Neues wagen?

Veränderungen
mitten im Leben



Nicht alles, dem man sich stellt, ist zu ändern;
aber nichts kann geändert werden, solange man sich
ihm nicht stellt.

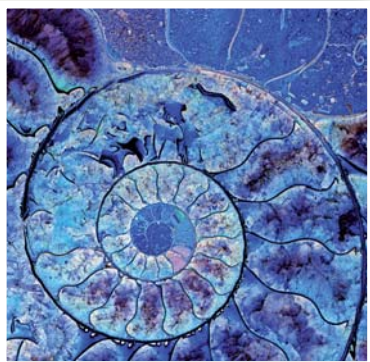
JAMES BALDWIN

Zum Aufbruch bereit?



Innehalten und bereit sein
zu verändern
führt auch zu der Frage,
wie ich sein und leben möchte:

- nett oder *echt*?
- angepasst oder *mit eigenem Feuer*?
- fremdbestimmt oder *selbst am Steuer*?
- gefangen in eigenen Mustern
oder *bereit*, bewusst zu gestalten?



Es ist nie zu spät, so zu sein,
wie man es gerne gewesen wäre.

GEORGE ELIOT



Neubeginn...

Alles, was lebt, möchte sich
voll entfalten und zur Blüte reifen.

Das gilt auch für den Menschen.

Der Mensch wird aber nicht von selbst
zu dem, was ihn von allen anderen Lebewesen
unterscheidet. Er wird es nur, wenn er die
Verantwortung für sich selbst übernimmt und
aus freien Stücken an sich arbeitet.

In der Entwicklung des Menschen vom
Kind zum Erwachsenen lernen wir zunächst,
den äußeren Wertvorstellungen zu genügen.

Wir machen unseren eigenen Wert davon
abhängig, wie gut wir in der Welt funktionieren.
Dabei entwickeln wir eine bewertende und
beurteilende Sicht vom Leben, ein Denken in
Gegensätzen von Schwarz und Weiß, das heißt,
wir entwickeln feste *Positionen*, die unserer
Sicherung und Selbstbehauptung dienen.

Indem der Mensch beginnt, hinter der
Weltangepasstheit eine Leere zu spüren und
nach dem Sinn seines Lebens zu fragen, wird
ein inneres Leiden an der Unerfülltheit seines
Wesenskernes wach. Er fängt an, sich nach
seinem *Ureigenen* zu sehnen.

Nun kann er entweder die innere Stimme
überhören, dem Drang nach Veränderung
ausweichen und der weltbezogene Alte bleiben,
oder er kann die Verantwortung für sich selbst
übernehmen und von innen her neu beginnen.

Das ist seine freie Entscheidung.

Ändere die Art, wie Du Dinge betrachtest,
und die Dinge, die Du betrachtest, ändern sich.

WAYNE W. DYER

Aus dem Inhalt des Workshops...

- grundlegende *Lebensthemen*
kennenlernen
- achtsamer *Umgang* mit sich selbst
- *Arbeit* mit dem inneren Team,
mit inneren Überzeugungen
und Glaubenssätzen
- neue *Möglichkeiten* entdecken –
Veränderungen gestalten –
Ziele erreichen
- *Kraftquellen* im Alltag

