

Achtsamer Umgang und Wertschätzung im Unterstützungsprozess

Vertiefungsseminar für Mediatoren, (mediationsorientierte) Coaches, Berater ...

Ein achtsamer und wertschätzender Umgang stellt entscheidende Weichen für die Motivation und Kooperationsbereitschaft der Beteiligten und ist Basis für eine vertrauensvolle Zusammenarbeit im Mediationsprozess, im (mediationsorientierten) Coaching oder jeder effektiven Beraterarbeit. Nach dem Konzept der Achtsamkeit bedeutet dies, Gefühle, Gedanken und Impulse genauer wahrzunehmen und sich diese bewusst zu machen, die Aufmerksamkeit immer wieder zum gegenwärtigen Moment zurückzubringen. Die Schulung der Achtsamkeit befähigt dazu, unreflektiertes Denken und Fühlen, gewohnheitsmäßige Verhaltensweisen – auch in schwierigen Gesprächen und Konfliktsituationen – zu erkennen und transparent zu machen. Die Praxis der Achtsamkeit führt zu innerer Ruhe, Gelassenheit und Akzeptanz sich selbst und dann auch anderen gegenüber und damit zu mehr Wohlbefinden und höherer Zufriedenheit.

Ziele des Seminars:

In dieser Fortbildung geht es um den achtsamen Umgang mit sich selbst und Selbstakzeptanz und um die achtsame, wertschätzende Arbeit im Unterstützungsprozess sowie die Auswirkung dieses "Vorlebens" auf die (Konflikt) Beteiligten.

Ziel ist es, Herausforderungen und Schwierigkeiten im Unterstützungsprozess gelassen, mit Ruhe und Klarheit zu sehen und Akzeptanz und Anerkennung der anderen zu vermitteln.

Inhalte des Seminars:

- Der Weg der Achtsamkeit, ganzheitlicher Ansatz der Stressbewältigung
- Umgang mit Gefühlen, Gedanken und Stress
- achtsame Kommunikation
- Praktische Übungen: achtsame Körperarbeit, Achtsamkeitsmeditationen

Abschluss: IMCP Zertifikat "Achtsamer Umgang und Wertschätzung im Unterstützungsprozess"

Zielgruppe: Mediatorinnen und Mediatoren, Berater, Führungskräfte, die sich selbst besser kennen lernen und authentisch weiter entwickeln wollen sowie gelassener mit Herausforderungen im Prozess umgehen möchten.

Instituts- und Ausbildungsleitung: Hannelore Neubert-Klaus

Mediatorin, Wirtschaftsmediatorin und Lehrtrainerin (BMWA®), cert. Lehr/trainerin (DVNLP), cert. Coach (ECA), Ausbildungsleitung mediationsorientiertes Coaching (medor.c ©) & Sportmediation, Psychologin, Psychotherapie

Kosten: Teilnahmegebühr EURO 370,00

Hinzukommende Kosten:

Tagungspauschale (Kaffeepausen mit Kaffee, Tee, Keksen, Obst, Saft, Wasser) 30,00 € (wird vom SZP erhoben; bitte vor Ort an das SZP entrichten)

Weitere Seminarverpflegung (Mittagessen, Abendessen, weitere Getränke) und ggf. Übernachtungskosten

Die Ausbildung ist als berufliche Bildungsmaßnahme anerkannt und nach § 4 Nr. 21 a) bb) UStG von der Umsatzsteuer befreit.

Termine: siehe Jahresübersicht (12 Stunden)

Veranstaltungsort: IMCP Seminarzentrum Plankmühle Schmiechen