



Workshop-Angebo

Embodiment ermöglicht nachhaltige, persönliche Veränderung und hilft, mit den komplexen Herausforderungen eines sich stetig und schnell verändernden Alltags zurechtzukommen. In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden, wie Menschen, die sich in einer beruflichen Veränderung befinden, mit Embodiment unterstützt werden können.

Embodiment macht sich die neurowissenschaftliche Erkenntnis zunutze, dass es eine Wechselwirkung zwischen Körper, Geist und Umwelt gibt. Psychische Prozesse drücken sich im Körper aus und umgekehrt haben Körperzustände einen Einfluss auf psychische Prozesse. Embodiment kann als bewusster Einbezug des Körpers verstanden werden, um Komplexität zu reduzieren und beabsichtigte Veränderungen ins Rollen zu bringen.

Nach diesem Workshop sind Sie in der Lage, Embodiment in Beratung und Coaching einzusetzen.

Dieser Workshop hat folgende Inhalte:

- Warum «cogito ergo sum» für das Bearbeiten von existenziellen Fragen nicht ausreichend ist;
- Welche Konsequenzen sich daraus für die Praxis in Beratung und Coaching ergeben;
- Neurowissenschaftliche Grundlagen von Embodiment;
- Warum und wie Embodiment persönliche Veränderung nachhaltig möglich macht;
- Embodiment als Technik der ad-hoc-Komplexitätsreduktion;
- Wie Embodiment in Beratung und Coaching eingesetzt werden kann;
- Die Verknüpfung von theoretischen Inhalten mit praktischen Beispielen und Anwendungsmöglichkeiten.

Der konkrete Inhalt des Workshops kann nach Teilnehmerzahl und Kundenbedürfnis variieren. Die Kosten für den Workshop richten sich nach den Kundenbedürfnissen.