

POL- Verein zur Förderung von prozessorientiertem Leben e. V.

Weiterbildungstage für Mitglieder des POL - Vereins und für an der Tätigkeit des Vereins Interessierte

POL – Weiterbildungstag am 15. Oktober 2016

Beginn 9:30 Uhr, Ende ca. 17:00 Uhr im Dorfhaus in Eckwälden



Gefördert durch die

GlücksSpirale

VON LOTTO®

Zusammenbruch – Umbruch. Was führt aus der Krise? Teil 2

09:30 Uhr	Beginn im Dorfhaus in Eckwälden mit einem Anfangstanz	Ingrid
09:45 Uhr	Ankommrunde – Ich greife dazu ein Bild und sage dann, was es mir jetzt bedeutet.	Sabine
10:15 Uhr	Gefühle des Scheitern: Angst, Blockade →Versagen →Scham, Depression. Bildauswahl: Welches Bild macht mir Mut, gibt mir Kraft, regt mich an, stimmt mich zuversichtlich zum Unterthema meiner Wahl?	Harald
10:30 Uhr	Weshalb gefällt mir mein Bild im Hinblick auf mein Unterthema? Plenum	Harald
10:45 Uhr	Hinführung zur Arbeit mit Motto-Zielen Wir bilden Kleingruppen zum Erarbeiten persönlicher Motto-Ziele zu den Unterthemen	Harald Sabine
11:05 Uhr	Kaffeepause	
11:25 Uhr	Kleingruppen zum Erarbeiten der persönlichen Motto-Ziele	
12:30 Uhr	Gedanken und Gefühle zu den Kleingruppen	Sabine
12:45 Uhr	Mittagspause	
13:45 Uhr	Tanz zu Beginn des Nachmittags	Ingrid
14:00 Uhr	Berichte aus den Kleingruppen mit der Vorstellung der Motto-Ziele und Gespräch im Plenum	Sabine
15:00 Uhr	Transfer: Von meiner Haltung zu meinem Verhalten im Alltag – Austausch zu zweit und im Plenum	Harald
15:45 Uhr	Kaffeepause	
16:00 Uhr	Rückblick (Frage der Mitleitung) und Ausblick (Themen der weiteren Weiterbildungstage)	Sabine/ Harald
16:50 Uhr	Tanz zum Abschluss	Ingrid
17:00 Uhr	Ende des Weiterbildungstags	

Der einzelne Weiterbildungstag umfasst 8 UE a 45 Min. = 360 Min.

Leitungsteam: Sabine Ewinger und Harald Rössle

Die **Selbstbeteiligung** beträgt pro Tag 15,00 €.

Die Seminarverpflegung wird bereitgestellt

Für die Pausen besorgt Harald Brezeln. Das Mittagessen wird für diesen Weiterbildungstag von Harald Rössle mit dem Landgasthof „Albblick“ abgestimmt. Ingrid kümmert sich um Getränke, Sprudel, Kaffee und Tee. Wer für Kaffee oder Tee was Süßes mitbringen will, kann das gerne tun.

Herzliche Grüße von Sabine und Harald