

PSYCHOTHERAPEUTISCHE PRAXIS HENSCHEN



Erst unter Kuss und Spiel und Scherzen, erkennst Du ganz, was Leben heißt,
Erst unter Kuss und Spiel und Scherzen, erkennst Du ganz, was Leben heißt,
Oh lerne Denken mit dem Herzen und lerne Fühlen mit dem Geist. Fontane

PROGRAMM 2009 | 2010 | 2011

SEMINARE | WORKSHOPS | VERÄNDERUNG

TRAINING | SUPERVISION | THERAPIE | ORGANISATION | COACHING | NOTFALLPSYCHOLOGIE

Workshops 2009-2011: A13, 1C, 5 C, 4D

Liebe KlientInnen, liebe InteressentInnen, liebe psychologisch Interessierte !

Es waren bewegte Monate: ausgelöst durch meine eigene private Situation hin zu mehr Leben und bereichernden Kontakten mit Freunden, KollegInnen, KlientInnen und deren Veränderungswünschen, wuchs das Bedürfnis nach eigener Entwicklung und Veränderung: der Umzug in neue Räume und in neue Möglichkeiten war am 17.04.2009 abgeschlossen: Sie können mir glauben, dass ich viel von dem, was ich in der Arbeit denke, sage und fühle, in diesem Prozess selbst durchlebt habe. Es ist geschafft.

Die Projektwerkstatt für systemische Lösungen ist der Raum für Lebens(neu)gestaltung: das Programm der Angebote, halten Sie jetzt in den Händen: was bedeuten diese Rätselbuchstaben: Vitamine für Beziehungen ? ja, in gewisser Weise schon: 13 Angebote (Workshops, Seminare, laufende Coachings) A13, in der Schlüterstrasse 1c (die neue Adresse), also 1C, 5 Grundbausteine um meine Arbeitsweisen zu konzeptualisieren, Ihnen Anhaltspunkte für meinen Blick zu geben, 5C, und schließlich: neben den Methoden, die ich als Wachstumshintergrund einsetze (meine geliebte Gestalttherapie, Transaktionsanalyse, das tiefenpsychologische Handwerkszeug, aber vor allem auch systemisches Denken und Handeln in der psychologisch-therapeutischen Arbeit: also 4D um zu kennzeichnen, was es hinter den „Schulen“ für Prinzipien meines Arbeitens gibt.

Es geht um Chancen: auf Transparenz von Problemstellungen, auf Klarheit Ihrer Wahlmöglichkeiten, und in einem kompetenten Miteinander neues zu erschaffen: einen Raum Ihrer Wünsche nach einem zufriedenen Leben und Ihrer Vision von Glück.

In herzlicher Verbundenheit und mit Vorfreude Ihnen zu begegnen.

Dipl.-Psych. Wolff Henschen September 2009

Anhaltspunkte der Entwicklung: 5 C

Chiffre: in einem gemeinsamen Erarbeitungsprozess und im Wechsel Ihrer Fähigkeiten mit meinen Kompetenzen entsteht die Möglichkeit Ihrem Leben eine neue Richtung zu geben; sie entdecken Ihre Potentiale und Gestaltungsvielfalt, bekommen wieder Zugänge zu Ihrer Vielfarbigkeit, schauen sich um in der Auswahl möglicher, anderer Räume und erkennen die aufschlussreichen Botschaften ihres Körpers und Ihrer Seele als Wegweiser in Ihre glückliche Zukunft: sie sind die Schlüssel zu Ihrer Vielfalt und Entfaltung

Charade: oft sehen wir die Lebensereignisse und deren Schwingungen in uns nur auf der Ebene ihrer Erscheinungen; sie werden auf die innere Reise gehen, noch weitere Bedeutungen enträtseln und so ihrer Biografie und ihrem Lebenssinn einen sicheren Standpunkt geben. Von hier aus entscheiden Sie, welche Schritte zu für Sie passenden Lösungen Sie unternehmen wollen

Charme: Humor und Leichtigkeit werden Ihnen Räume öffnen, der erlebten Schwere ihrer Sichtweise Fenster öffnen und guten Perspektiven einen Rahmen geben. Sie treten in Kontakt mit ihren wunderbaren Gestaltungsmöglichkeiten und Sie werden zu KünstlerInnen in Ihrem eigenen Lebensatelier reifen. Ihr Lebensweg besteht aus Ihren Schritten auf ein selbstgewähltes Ziel zu, dem Sie sich im Wechselspiel aus Schicksal und Wahlmöglichkeiten annähern werden: wo die Angst ist, das geht's lang !

Chaos: wir Menschen als Teil der Natur sind eingebunden in sich-selbst-steuernde Schaffensprozesse (Autopoiese), in Wechselwirkungen zwischen Kontexten, Menschen, Beziehungen, Systemen, und systemische Zusammenhänge, die uns im Farbenfeld von Körper, Seele, Gefühl und Verstand die Welt ausleuchten; nie können wir vollständig sehen und erkennen und erweitern uns im fürsorglichen Beziehungsfeld des lebendigen Austausches mit anderen Menschen: Respekt, Achtung, Ethik, gute Grenzen sind hier die Leitkriterien

Charon: als mythologisches Bild unseres Lebensweges in Endlichkeit ist es wesentlich, unsere Bestimmung zu finden, als Personen das höchstmögliche Selbst unser Leitbild werden zu lassen. Die Schmetterlinge der Vielfalt (als Seelenbegleiter unserer Lebenskraft) möchten Sie verlocken, Ihr Leben als einen Ort der Lebendigkeit, Begegnung und des Wachsens mit anderen Menschen zu begreifen.

Methoden der Veränderung: 4 D

Dialogisch: egal in welcher Form der Zusammenarbeit (Psychotherapie, Coaching, Supervision, Training) ist mein Verständnis der Entwicklung an den Dialog gebunden: in der lebendigen Begegnung des Gesprächs, des hoffungsvollen Miteinander-Tuns, der neugierigen Aufgeschlossenheit für einen anderen Menschen entsteht das, was bedeutungsvoll, haltgebend und lösungs(er)schaffend ist.

Diskursiv: die Tiefen ausloten, starten in unbekanntes Gelände, steuern in gefährvollen Schluchten und landen auf neuem, wieder sicheren, Boden wird die Aufgaben zwischen Ihnen und mir definieren Dogmafrei: neben den undogmatischen Vielzähligkeiten methodischer Möglichkeiten, ist meine Arbeits-weise fest verankert in der wissenschaftlichen Psychologie und gehalten von ebenfalls dialogischen Prozessen in der Kommunikation mit anderen FachkollegInnen: externe Supervision, Fortbildung und Selbstreflektion sind fester Bestandteil der lösungsorientierten und kompetenten Arbeit mit Ihnen

Denk-Bar: in der Folge von Lebensproblemen reichern wir unsere Sichtweisen mit analytischer Schwere an; in der gemeinsamen Arbeit ist es Ziel wieder Mut für Entschlüsse, Kraft für Entscheidungen und Wegbestimmungen, Bewusstsein für eigene Lebensvielfalt und damit die tänzerische Leichtigkeit des Seins im Prozess des Lebens wieder zu gewinnen.

Angebote | Move-On 2009|2010|2011

Lebenscoaching: in einer Reihe von 5 Abenden werden Sie mit anderen Lebensreisenden Ihre Sinne schärfen für den gewundenen und wunderbaren Weg, den Sie bis dahin erforscht haben, die gewonnenen Erfahrungen und den Schatz Ihrer Fähigkeiten würdigen, um dann mit Blick auf Ihre Schatzkarte, die neuen Routen abzustecken. Sie werden wieder mit klarem Blick und bereichert durch neue Sichtweisen, und gehalten von der Gemeinsamkeit mitgeteilter Lebenserfahrung, Ihre Ziele ins Visier nehmen und mit einem gestärkten Gefühl für Ihre Selbstbestimmung zu Ihrem Wünschehorizont aufbrechen.

Kompasstraining: aus einer Herkunftsfamilie von Weltreisenden, möchte ich Sie einladen auf Suche zu gehen: welche Beziehungsmodelle werden Ihre weiteren Begleiter sein, wie soll die berufliche Perspektive in den nächsten 5 Jahren ausgerichtet sein, welche Grundwerte Ihrer persönlichen Zufriedenheit und Ihres ganz persönlichen Glücks geben dafür ihre Orientierung? Unter Anleitung einer erfahrenen Reiseleitung, schulen wir Ihre Intuition und den Gefühlssinn für Ihre ureigensten Bedürfnisse und Pläne, bringen Ihnen bei wie Sie Ihre psychologische Landkarte lesen und deuten können, und trainieren Ihren Umgang mit Ihrem inneren Kompass, der Sie zum persönlichen Glück leiten wird.

Theater des Lebens: manchmal sage wir Umgangssprachlich „was für ein Theater“ und meinen damit Alltagseignisse um uns herum. Verschränkungen zwischen „wer sind wir“ (Identität), „was wird von uns erwartet“ (Publikum) und „was geben wir vor zu sein“ (Rolle) kennen wir alle. Mit der Kombination von Impulsen eines erfahrenen Schauspielers und den Wissensfacetten psychologisch-therapeutischer Kompetenz können Sie Ihre Ausdrucksmöglichkeiten erfahren, erweitern und in der Sicherheit einer Gruppe durch Improvisationen üben und erproben. Und Vorsicht: es kann zu wundervollen Ereignissen kommen, es könnte gefährlich humorvoll sein und das schlimmste von allem: diese Erfahrung kann ihren Alltag grundlegend verändern.

Lust statt Leiden im Beruf; Weshalb wir glauben, dass Arbeit schwer ist und leicht sein kann: dieser Workshop ist dazu da, Ihnen eine neue Haltung zu eröffnen, die Ihr Arbeitsleben beschwingt: alte bleierne Sichtweisen von Ihnen und anderen auf Ihren Job werden hinterfragt, mit den Scheinwerfern humorvoller Sichtweisen ausgeleuchtet, um dann eine ernsthafte, umsetzbare Strategie für neue Lösungen und Veränderungen zu schaffen. Ihre Fähigkeiten zur freundlichen Grenze, zur humorvollen Umdeutung, zum kreativen Umgang mit neurotischen ChefInnen oder problemschwangeren KollegInnen werden flexibler; wir machen Ihnen Mut zu einer konstruktiven Respektlosigkeit

OK statt KO: Kollegial: was ist das? Oder: was kommt „after work“? Diese Abendveranstaltung richtet sich an Berufstätige aus sozialen Berufen, die in einem multiprofessionellen Feld Ihre Arbeit reflektieren wollen: sie wollen nicht mehr in alter Schwere arbeiten, sie fühlen das der Umgang mit KlientInnen lastvoll geworden ist, dass SchülerInnen nerven, sie sich alleine fühlen und ohne ein Feld, gemeinsam mit anderen die Arbeit neu mit Facettenreichtum zu versehen. Diese Abende sind dazu da Probleme nur soweit zu „wälzen“ bis neue Bereiche des Handelns erschlossen sind, wertschätzende Blicke auf die eigenen Ressourcen zu wagen und sich im Verständnis von anderen als „Veränderungscoaches“ begleiten zu lassen, diese Erkenntnisse als Diamanten im Alltag in Fassung zu bringen

Identitätsworkshop: sexuelle Identität (schwul, hetero oder dazwischen?), brüchige Identität (Krankheit hat Sie und Ihr Lebenskonzept infrage gestellt?), verloren geglaubte Identität („eigentlich habe ich nie wirklich gewusst, wer ich bin?“): alle Fragen die Sie sich stellen und die mit dem „wer bin ich“ in Zusammenhang stehen, finden hier Platz; ich werde Sie coachen und dabei begleiten, sich ein Bild von sich zu malen, Ihre Farben zu definieren, Ihren für Sie passenden Rahmen zu finden und sich selbst als Kunstwerk im Leben zu positionieren. Was Farb- und Stil-Beratung für Ihr „Outfit“ sein kann, will dieser Workshop mit Ihnen von innen entwickeln, Stimmigkeit schaffen, und Sie mir psychologischem Wissen darin unterstützen „zu Sein der/die Sie sind“.

Blaubart: welchen Wert haben Geheimnisse in unserem Leben, welches Recht haben wir auf „private“ Ecken, wo endet Intimität in Partnerschaft, wo fängt sie an, was ist die Funktion von „Freiräumen“, also Plätzen, die nur unsere „Marke“ tragen, die uns gehören, die wir anderen Menschen zeigen dürfen, aber nicht müssen; wie gestalten wir Privatheit in einer Zeit von grenzenlosem Voyeurismus und ständiger Gutgelauntheit (Comedy), was braucht seelische Gesundheit an „beschützenden Impulsen“?

Couple Coaching | Wellness in Paarbeziehungen: in diesem Kursangebot finden sich 5-7 Paare zusammen, die gemeinsame Wellness-Welten entdecken wollen und wieder Zugänge zu Leichtigkeit und Lebendigkeit in Ihrer Partnerschaft finden möchten. Wir trainieren Sie mit dem Know-How paarpsychologischer Methoden und dem aktuellen Wissen um gelingende Beziehungen darin, wieder gut miteinander in Kontakt zu sein: gut miteinander sprechen, Gefühle stimmig mitteilen, schöne Erfahrungen miteinander gestalten, Sexualität lustvoll und spannend wiederbeleben: die schöne Yacht ihrer Beziehung wird ins Trockendock geholt, werterhaltend verbessert und mit dem aktuellen Stand der emotionalen Intelligenz auf neue Abenteuerfahrten im Lebensgeschick.

Affäre: was nun? Ein Angebot für Paare, die mit Ausstiegsimpulsen eines oder beider in Kontakt sind, bei denen eine Dreier- oder Viererbeziehung entstanden ist, solche bei denen die akute Affäre vielleicht beendet ist, aber die emotionalen Prozesse noch längst nicht abgeschlossen sind. Mit Ihnen gemeinsam werden wir Ihre Beziehungsvorstellungen beleuchten, Ihre Wünsche, Sehnsüchte und Träume einer erfolgreichen Paarbeziehung würdigen und ihre Stärken und Möglichkeiten als Paar auf eine Weise stützen und stärken, die Ihnen eine Neuorientierung möglich macht. Vorwürfe werden zu Ankern am Horizont Ihrer gemeinsamen Zukunft und das was früher der Kerker Ihrer Liebe oder Ihres Schmerzes schien, wird zu einem Rahmen für die neue Landkarte Ihrer geplanten Beziehungszukunft.

Vitamine für die **Beziehung**: aus der Erfahrung von 15 Jahren Paartherapien möchten wir Sie „fit“ machen: alle Beziehungen von Dauer kommen in farblose Zeiten, laufen still und routiniert aber langweilig, geraten in stürmische See und bekommen mal „Schlagseite“: wir möchten Sie mit B-Vitaminen (Beziehungsvitaminen) bereichern: Sie sollen Wissen bekommen, das Ihnen beschreibt, wieso „es“ so läuft, wie es läuft, Sie lernen Methoden, die Ihre Nähe stärken, das Gemeinsame Gefühl nähren können, die Lust und Freude erzeugen, den Sex und den Humor als Lebenskraft neu aktivieren. So stärken Sie Ihr Beziehungssystem, stärken Ihre Abwehrkräfte gegen Einflüsse von aussen, und beugen emotionalen Krankheitssymptomen in Ihrer Liebesbeziehung vor.

Jede/r ist eine **Farbe**: Coming-Out: Selbstwert für schwule und lesbische und transidentische Männer und Frauen: in dem gemeinsamen Erleben von den speziellen Auseinandersetzungen, die diese Identitätsformen mit sich bringen: Schule, Elternhaus, Partnerschaft, Elternschaft, Freundschaften, soziales Umfeld, werden wir Möglichkeiten der positiven Selbstbehauptung erarbeiten und den Austausch mit anderen als ein stützendes Umfeld und ein haltgebendes Feld der Problemlösung erfahren. Gemeinsam stark sein und die Normalität eigener Besonderheit begreifen.

Leiten statt Leiden: In der Führung eines Teams, einer Familie, eines Unternehmens gibt es Know-How, das die Zusammenarbeit erleichtert und einen reibungsloseren Ablauf in einem Gefüge von Menschen sicherstellt. Gemeinsam mit anderen wird hier die Rolle der Leitung reflektiert, das ein-, an-, umleiten in intensiver Gruppenarbeit geübt und grundlegende Leitungsvarianten vermittelt. Zieleetzung ist es in der Rolle von Leitung zu leiten und aufzuhören zu leiden.

After-Work-Supervision: Sie arbeiten mit Menschen; Sie sind ausgelastet, manchmal überlastet; Sie suchen einen Alltagssupport für die Reflektion schwieriger Situationen in ihrem Arbeitsumfeld ? Dieses Angebot wird Sie unterstützen, mit Ideen anreichern, Ihnen einen Raum der Neugestaltung anbieten, ein Feld sein, in dem Sie Dinge ausprobieren können; Sie in Ihren Sichtweisen befragen und neue Perspektiven erzeugen: zusammen mit anderen gehen Sie auf die Suche und Finden mehr Zufriedenheit in Ihrer Work-Life-Balance. Gleich nach der Arbeit entlasten Sie sich und kommen um einige Ressourcen reicher nach Hause.

Anmeldung | Move-On 2009/2010:

Titel	Anmeldenummer	Termin	Zeit	Preis	Anmeldung
Lebenscoaching	2009.10 COA 5 Abende à 1,5 Std. Beginn	09.10.09	19-20.30 h	150 Euro	
Kompasstraining	2009.11 WOR	07.-08.11.09	10 h (Sa)	260 Euro	
Couple Coaching	2009.12 COA 1 Wochenende 3 Follow-Ups	12.+13.12.09 16.01. 13.02. 13.03.10	10 h (Sa)	500 Euro/Paar	
Theater	2010.03 WOR	20.-21.03.10	10 h (Sa)	260 Euro	
Identität	2010.04 WOR	03.-04.04.10	10 h (Sa)	260 Euro	
Leiten	2010.05.1 COA 5 Abende	21.05. 28.05. 04.06. 11.06. 18.06.	19-20.30h	150 Euro	
Beziehung	2010.05.2 WOR	24.-25.05.10	10 h (Sa)	260 Euro	
After-Work	2010.06.1 COA 10 Abende	07.06. 14.06. 21.06. 28.06. 05.07. 06.09. 13.09. 20.09.	19-20.30h	300 Euro	

Titel	Anmeldenummer	Termin	Zeit	Preis	Anmeldung
Farbe	2010.06.2 WOR	13.-14.06.10	10 h (So)	260 Euro	
Lust	2010.10 WOR	16.-17.10.10	10 h (Sa)	260 Euro	
OK statt KO	2010.11 WOR	27.-28.11.10	10 h (Sa)	260 Euro	
Affäre	2010.12 WOR	12.-14.12.10	10 h (So)	260 Euro	
Blaubart	2011.01 WOR	15.-16.01.11	10 h (Sa)	260 Euro	

Ihre Vorschläge

Ihre Interessen

Ihre Wünsche

Ihr Wissensbedarf

Ihre Lösungssuche

Ihr Wachstumsbedarf

Veränderungspotential

Veranstaltungsnummer

Name

Vorname

Strasse

PLZ Ort

Tel

Mobil

Mail

Fax

Hiermit melde ich mich für das oben angekreuzte Angebot verbindlich an: mit der Anmeldung ist eine Anzahlung von 10% der Kursgebühr zu entrichten (Konto 167782802, BLZ 70010080, Postbank München, deutlicher Vermerk der Anmeldenummer und des Namens; Danke) Ich bestätige mit meiner Unterschrift, dass ich darüber informiert bin, dass die Teilnahme an diesem Workshop keine Therapie ersetzt und keine Heilbehandlung darstellt und ich in der Lage bin, oder abgeklärt habe mit meiner TherapeutIn, ÄrztIn, BetreuerIn, die Verantwortung für mich zu übernehmen, übernehmen zu können.

Datum, Ort, Unterschrift >

Kontaktaufnahme leicht gemacht>>>

Sie können alles ins Kuvert stecken, Scribbeln, Gedanken aufschreiben...

Rücksendung an (passt ins Fensterkuvert)

Move-On Praxis für systemische Lösungen
Dipl.Psych. Wolff Henschen
Schlüterstrasse 1c
38640 Goslar