

Programm

Donnerstag, 08.05.

ab 13:00	Check-In
16:00 3 h	Pre-Workshop Emotionsregulation Emotionen kennen, steuern und nutzen Kosten: 65,- Euro max. 25 Plätze
19:00	Abendessen und Netzwerken

Freitag, 09.05.

09:30	Ankommen, Networking, Kaffee		
10:00 1 h	Begrüßung und Kennenlernen, Kurzvorstellung der Workshops		
11:15 1,5 h	Workshop Rolle und Person Albert	Workshop Impacttechniken fürs Coaching Saskia	Workshop Storytelling Antje
12:45	Mittagessen		
14:00 2 h	Open-Space-Workshop Was uns stark macht Team der Ausbildungsleiter		
16:00	Kaffeepause		
16:30 1,5 h	Workshop Das Geschenk der Stille Zen-Meditation Kerstin	Workshop Durch Zeichnen Probleme lösen Marion	Führung durch den Schieferpark Verein Denkmal Lehesten
18:15 0,5 h	Netzwerken		
19:00	Abendessen		
20:30	FreeYourBody – Tanz nach Herzenslust Andrea Schnupp		

Samstag, 10.05.2025

07:30	Herz - Chakra – Meditation Marion Kellner Lewandowsky Aktiv in den Tag starten mit KIBO Alexandra Häßler		
ab 8:00	Frühstück		
9:30 0,5 h	Keynote Marion Das „Wir“ gewinnt		
10:15 2 h	Workshop Power-Booster für Deine Ziele Christian	Workshop Co-Creation René	Workshop Kollegiale Fallberatung Anne
12:30	Gemeinsamer Abschluss		
13:30	Mittagessen		
14:00	Ende		

Workshops

Person und Rolle – Albert Glossner

Ein Verständnis des Zusammenwirkens von Person und Rolle, einschließlich der Themen Rang, Status, Privilegien, Personen- und Rollenbeziehungen schafft Klarheit in allen Situationen, in denen wir mit anderen Menschen zusammenarbeiten. Dies gilt für alle Rollen: als Trainer*in, Berater*in, Coach, Führungskraft usw... Dieser Workshop hat das Ziel, dein Verständnis des Zusammenwirkens von Person und Rolle noch weiter zu vertiefen und unterstützt dich, deine Rollen mit größerer Klarheit auszufüllen.

Impacttechniken für Coaching und Training – Saskia Bülow

Worte allein reichen oft nicht. Manchmal braucht es mehr, um Menschen wirklich zu erreichen. Impacttechniken setzen genau hier an. Sie verstärken, vertiefen, verändern. Ein Bild, ein Moment – und plötzlich öffnet sich ein neuer Raum für Erkenntnis. In diesem Workshop lernst du, wie du solche Techniken gezielt einsetzt und deine Klient*innen in Bewegung bringst. Du erfährst, wie kleine Impulse große Wirkung entfalten können und wie du festgefahrene Gedanken auflöst und den Weg für neue Lösungen ebnest.

Storytelling – Antje Steinke-Schumann

Der Workshop bietet dir die Möglichkeit, die Kunst des Geschichtenerzählens zu entdecken und Impulse für den Einsatz zu sammeln. In interaktiven Übungen lernst du, wie du mit klaren Botschaften, emotionaler Ansprache und kreativen Techniken packende Geschichten entwickelst, die begeistern und verbinden. Dabei betrachten wir auch die Möglichkeiten der KI bei der Erstellung von Stories.

Was uns stark macht – Ausbildungsleiterteam der abb-seminare

In diesem Open-Space-Workshop beleuchten unsere Ausbildungsleiter das Thema Stärke aus verschiedenen Ansätzen und Blickwinkeln wie Training, Coaching, Positive Psychologie und NLP. Du wählst, welcher Weg dich anspricht und tauchst tiefer ein. Entdecke, was uns wirklich stark macht und sammle neue Impulse für deine persönliche Entwicklung.

Das Geschenk der Stille, Zen Meditation – Kerstin Huber

Dieser Workshop bietet einen einfachen Einstieg in die Zen-Meditation. Schwerpunkt ist *Zazen*, das Sitzen in Stille. Du lernst eine angenehme Sitzhaltung und eine erste Atemübung kennen, mit der du in das Sitzen in Stille eintauchen, Gedanken zur Ruhe kommen lassen und neue Energie auftanken kannst. Eine wunderbare Möglichkeit, den Herausforderungen des Alltags mit mehr Gelassenheit zu begegnen. Die kleine Tee-Zeremonie, rundet als Achtsamkeitsübung diesen Workshop ab.

Durch Zeichnen Probleme lösen – Marion Kellner-Lewandowsky

Wer ein Problem zeichnet, der hat es fast schon gelöst. In dem Workshop stellt dir Marion die visuelle Grammatik vor: die "Sprache" der Bilder – die Regeln, Prinzipien und Techniken, mit denen visuelle Elemente so arrangiert und interpretiert werden, dass sie Bedeutung erzeugen. Nutze die Kraft der Visualisierung und probiere es selbst aus, um Probleme sichtbar zu machen, damit Klarheit zu schaffen und Lösungen zu erarbeiten.

Führung durch den Schieferpark - Verein Denkmal Lehesten

Eine Führung durch das „Land des Blauen Goldes“ lohnt sich, denn hier wird die faszinierende Geschichte des thüringisch-fränkischen Schieferbergbaus lebendig. An einem der größten ehemaligen Schiefertagebaue Europas erlebst du hautnah, wie das besondere Gestein gewonnen und verarbeitet wurde. Die Führung wird durch den Verein Denkmal Lehesten durchgeführt.

Power-Booster für Deine Ziele – Christian Rosenblatt

Möchtest du erfahren, wie du deine Ziele noch motivierender und erfolgversprechender formulieren kannst? Zahlreiche NLP-Modelle beschäftigen sich mit der Frage, wie wir unsere Vorhaben noch stimmiger und motivierender gestalten können. Mit einigen davon werden wir uns in diesem Workshop beschäftigen. Bringe also gern deine Ziele mit, an denen du arbeiten möchtest. Und lass dich überraschen, woran du merken wirst, dass du dich schon auf dem Weg befindest...

Co-Kreation: Gemeinsam Zukunft gestalten – René Penselin

In diesem Workshop tauchen wir in die Prinzipien der Co-Kreation ein und lernen, Ego-getriebenes Handeln durch essensorientierte Entscheidungen zu ersetzen. Erlebe in inspirierenden Übungen, wie ein Feld der Resonanz und Wertschätzung entsteht und entdecke, wie Co-Kreation in Zusammenarbeit, Führung und persönlichem Wachstum neue Wege eröffnet. Theorie und Praxis verbinden sich zu einem Erlebnis, das nachhaltig wirkt.

Gemeinsam neue Impulse hervorbringen: Kollegiale Fallberatung – Anne Gerhardy

Die Kollegiale Fallberatung bietet eine wirksame Möglichkeit, konkrete Fragestellungen des Berufsalltags als Trainer*in, Berater*in, Therapeut*in, Coach etc. zu reflektieren und gemeinsam Ideen, Impulse oder gar Lösungen zu entwickeln. In diesem Workshop werden die Methode (Ablauf, Rollenbeschreibungen und Rahmenbedingungen) und geeignete Anwendungsfelder vorgestellt. Das Einbringen und Erproben eigener Fälle ist fester Bestandteil.

FreeYourBody – Andrea Schnupp

FreeYourBody bietet einen Raum für freie Bewegung und Tanz. Verschiedene Rhythmen und Klänge, von fließend-sanft und still bis chaotisch-kraftvoll und erdig, unterstützen dich dabei, den Impulsen zu folgen und alles in Bewegung zu bringen. Was ist, darf sein und was sein darf, kann sich frei entfalten und verwandeln.

-kurzfristige Änderungen vorbehalten-