

Online-Workshop

Zusammen sind wir stark

Kollektiv Resilienz entwickeln in Krisenzeiten

*Eine Krise ist eine Trennung vom Vertrauten,
ein plötzliches Eintreten in eine neue Atmosphäre,
die oft verlangt, dass wir an dieser Herausforderung
wachsen.*

Rebecca Solnit



Die vielfältigen sich entfaltenden Krisen unserer Welt versetzen uns immer mehr in bisher ungekannte Situationen und erzeugen verständlicherweise starke Gefühle. Die Emotionen, die dadurch aufkommen und uns belasten, seien es Angst, Verzweiflung, Wut, Verlust- oder Ohnmachtgefühle, können uns jedoch nicht mehr bestimmen, sobald wir sie anschauen und transformieren. Der Kreis ist der Ort, in dem wir geschützt und gehalten sind und das aussprechen können, was sonst oft unaussprechlich erscheint. Ein kollektiver Ansatz ist sinnvoll, da die gegenwärtigen Krisen (Pandemie, Artensterben, Klimakollaps...) viel größer sind als jede:r von uns alleine fassen und halten kann. Aus der Hingabe an unser gemeinsames Dilemma erwächst die Kraft der Transformation.

Mit dem Online-Workshop „Zusammen sind wir stark“ wollen wir einen Raum anbieten, in dem wir uns gegenseitig Unterstützung geben können. Wir gehen in dieser Session gemeinsam durch einen nährenden, co-kreativen Prozess, der auf der sogenannten „Arbeit, die wieder verbindet“ nach Joanna Macy basiert.

Wir beginnen mit Dankbarkeit, würdigen unseren Schmerz um die Welt, sehen die Welt mit neuen Augen und brechen schließlich auf, um zu handeln. Der Weg durch diese Phasen hat eine stärkende Wirkung, die sich mit jeder Wiederholung vertieft.

Leitung



Claudia Junker

Personal- und Organisationsentwicklerin, Systemische Beraterin (SG), Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten spirituelle Ökologie, Kommunikation und Gruppenprozesse.



Walter Oelschlaeger

Staatlich anerkannter Erzieher, Focusing-Berater, zertifizierter Mediator, zertifizierter Beziehungstrainer, Yoga-Kursleiter, Atemkursleiter.

Termin: s. aktuelle Termine auf der Website.

Teilnahmevoraussetzungen: Stabile Internetverbindung, (eingeschaltete) Kamera und Mikrofon.

Teilnahmebeitrag: nach eigenem Ermessen. Details siehe [Anmeldeformular](#)

Stornogebühr: Die Abmeldung bis 3 Tage vor dem Workshop ist kostenfrei, danach behalten wir den gezahlten Teilnahmebeitrag ein. Sollte dieser noch nicht gezahlt worden sein, berechnen wir den in der Anmeldung von Dir genannten Beitrag.

Wir arbeiten in unseren Workshops mit kleinen Gruppen von 6-9 Teilnehmenden. Deshalb macht jede/r Einzelne einen Unterschied, damit das Workshop-Konzept aufgeht. Meist haben wir auch eine Warteliste von Menschen, die gerne teilnehmen würden, aber keinen Platz mehr erhalten haben. Aus Wertschätzung gegenüber diesen Menschen und unserer Arbeit möchten wir jeden verfügbaren Platz besetzt sehen.

Hier geht's zur [Anmeldung](#)