



Karen Schönemann

Diplom-Sozialpädagogin

Pädagogisch-psychologische Beraterin

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberaterin (DAJEB)

Zeitlicher Ablauf

5 Wochenenden immer freitags
16–19 Uhr und samstags 9–17 Uhr
22./23. März | 19./20. April |
24./25. Mai | 14./15. Juni
05./06. Juli 2024

Veranstaltungsort

Novum Akademie, Faluner Weg 2,
24109 Kiel

Veranstalterin

Karen Schönemann
Beratung-Coaching-Kurse
Paul-Schroeder-Straße 67
24229 Dänischenhagen
04349-7899700 | 0176-24932391
www.beratung-schoenemann.de
info@beratung-schoenemann.de

Unterkunft

Günstige Übernachtungen im
Novum Hotel Kiel sind bitte selbst
zu buchen.

Kosten

750,- € (ohne Unterkunft)
Im Kurs werden Getränke, Snacks
und am Samstag ein Mittagessen
bereitgestellt.
Dies ist in den Kosten enthalten.

**Die Anerkennung als Bildungs-
urlaub ist in Schleswig-Holstein
und Hamburg beantragt.**

Mehr Infos hier 



Bewusste Lebensführung
durch *innere* Führung

*Ein selbstaktivierendes
Fortbildungsprogramm zur Erweiterung
Ihrer Bewusstseins-Fähigkeiten*



Beratung Schönemann
empathisch | authentisch | wertschätzend



Beratung Schönemann
empathisch | authentisch | wertschätzend

Die Teilnehmenden erweitern ihre Fähigkeit, ihr Leben zu reflektieren, bewusst wahr zu nehmen und auf dessen Verlauf aktiv Einfluss zu nehmen.

Sie kennen Methoden des Sich-Bewusstmachens und des Sich-Selbstwahrnehmens und haben diese praktisch angewendet. Weiterhin erwerben sie ein tiefes Verständnis des Zusammenhangs zwischen dem aktuellen Erleben der Gegenwart und erinnerten Ereignissen

aus der Vergangenheit. Sie verfügen über konkrete Fertigkeiten, durch emotionsfokussierende, imaginative und mentalisierende Techniken belastende Erfahrungen positiv beeinflussen.

Sie haben einen sicheren Zugang zu ihrer inneren Führung gefunden, basierend auf einem humanistischen Menschenbild, welches anerkennt, dass Selbstheilungskräfte aus dem Individuum selbst kommen.

BeLeif ist ein Kursprogramm, das ich mit Methoden, Übungen, Wissen und Erfahrungen aus meiner eigenen Praxis und Bildung zu einer Fortbildung zusammengestellt habe. Die Inhalte wende ich auf mich selbst und auf Menschen an, die zu mir in die Praxis kommen.

Mir liegt besonders am Herzen, Sie in der Weiterentwicklung Ihres persönlichen Bewusstseins zu unterstützen für

- ein zufriedeneres Leben,
- freundschaftlichere Beziehungen
- gelingende Partnerschaften und
- erfolgreiche Arbeit

Die Entwicklung der Bewusstheit löst einerseits biografische Themen auf und ermöglicht Ihnen andererseits einen achtsamen Umgang mit sich und anderen zu pflegen. Für die berufliche Praxis bekommen Sie Know-how, Methoden und Selbsterfahrungen – **eine gute Basis für Erfolg.**

Die Fortbildungsreihe findet im schönen Kiel an der blauen Ostsee statt. Die Strände, Seen und Wälder laden zu naturweiten Spaziergängen ein. Das helle und moderne Novum-Hotel ist preisgünstig und bietet doch alles, was es braucht für einen angenehmen Aufenthalt; es ist ruhig gelegen am Rande der Stadt.

Die Seminarzeiten bieten gute Möglichkeiten, vorher die Stadt zu erkunden oder einen Tag anzuhängen, um sich eine norddeutsche Brise um die Nase wehen zu lassen.



INHALTE DER SEMINARE

Für die Erweiterung Ihrer persönlichen und beruflichen Kompetenzen legt **BeLeif** den Schwerpunkt auf die Stärkung Ihrer Selbstreflexion und Selbstwahrnehmung, sowie Ihrer emotionalen Entwicklung als Basis für Bewusstwerdungsprozesse.

Alle Einheiten bieten Ihnen Wissensvermittlung, Selbsterfahrung und einen Transfer in Ihren beruflichen wie persönlichen Alltag. Sie erlernen ein breites Spektrum an methodischen Vorgehensweisen.



Seminar 1: **Wahrnehmung und Bewusstsein**

Ebenen des Bewusstseins, die Kraft der Entscheidung, Abwehrmechanismen, die Welt als Spiegel sehen
Das Eisbergmodell



Seminar 2: **Aus der Vergangenheit lernen**

Entstehung von Selbstkonzepten, Glaubenssätze und Mustern, Ansätze zur Rekonsolidierung, Aktivierung der inneren Führung I
Das Dreiecksmodell



Seminar 3: **Bewusstes Fühlen**

Emotionale Intelligenz, Psychologie der Emotionen, Nutzung der gegenwärtigen Erinnerung, emotionsfokussierende Ansätze
Methode des Joinings



Seminar 4: **Psychologische Phänomene nutzen**

Übertragung und Projektion, Projektionsübung, die Kraft der Vergebung, die Kraft des Loslassens
Das Spiegelmodell



Seminar 5: **Innere Führung sicher finden**

Innere Führung II, Bedeutung von Visionen, emotionsfokussierte Aufstellungsarbeit und Integrationsmethoden
Das Was-ist-Modell

Die Inhalte werden in Form von Vorträgen, Kleingruppenarbeit, Paarübungen, erlebnisaktivierenden Methoden, Visualisierungen, vielfältigen Frageinterventionen und Praxisbeispielen vermittelt und erarbeitet.

Die Methoden setzen sich aus tiefenpsychologischen, gestalttherapeutischen, emotionsfokussierten und affektmentalisierten Konzepten zusammen. Viele Elemente sind aus dem Steps-to-Leadership-Programm von VisionworksforLife übernommen.