



Seminar-Angebote

Programm ab Januar 2020

Offenheit **Verständnis**
Krisen Leidenschaft
Gesundheit **Neugier**
Fähigkeiten Verhaltensmuster
Gelassenheit
Lösungen Freude
Wurzeln
Kraftquelle Gefühle
Handlungsansätze
Entspannung
Ressourcenfindung
Wachstumsprozesse
Selbstreflexion



Wir sind Kristina Müller und Anne-Kristin Götze und unsere Überzeugung ist es, dass alles was wir für eine gesunde geistige und körperliche Entwicklung brauchen, in jedem von uns grundlegend vorhanden ist. Uns bewegt die gemeinsame Arbeit mit Menschen, die wir bei ihrer individuellen Ressourcenfindung im Rahmen von natürlichen Wachstumsprozessen in den verschiedensten Lebens- und Arbeitsbereichen unterstützen. Ausgangspunkt unserer Arbeit ist eine systemisch orientierte Grundhaltung sowie eine aktivierende und teilnehmerorientierte Arbeitsweise. In unseren Seminaren setzen wir Elemente aus der Systemischen Familientherapie verbunden mit methodischen Vorgehensweisen moderner Erwachsenenpädagogik ein. Dabei finden Kernaussagen aktueller wissenschaftlicher Forschungsergebnisse ebenso Berücksichtigung wie unsere langjährigen und facettenreichen Erfahrungen mit Menschen aus verschiedensten Kontexten.

Ich, **Anne-Kristin Götze**, besitze als Diplom-Sozialpädagogin langjährige Berufserfahrung in den unterschiedlichsten Arbeitsbereichen der öffentlichen Kinder- und Jugendhilfe und in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen. Als systemische Beraterin und Familientherapeutin bin ich seit sechs Jahren in eigener Praxis tätig. Neben der Beratung und Therapie von Einzelpersonen und Paaren arbeite ich freiberuflich als Verfahrensbeistand im Rahmen familiengerichtlicher Verfahren für die Amtsgerichte des Landkreises Harz. Darüber hinaus berate ich im Auftrag des Jugendamtes Pflegefamilien bei Fragen im Umgang mit den ihnen anvertrauten Pflegekindern.

Ich, **Kristina Müller**, habe aus einer Leidenschaft für Sport und Lehr-Lern-Prozesse ein Studium der Sportwissenschaften und Erwachsenenpädagogik absolviert. Seit Beendigung meines Studiums arbeite ich als freie Referentin und Trainerin für Hochschulen, Universitäten, Berufsschulen sowie Institutionen des organisierten Freizeitsports im Kontext der Aus- und Weiterbildung von Menschen unterschiedlichen Alters und diverser Zielstellungen. Mein Motto: „In dir muss brennen, was du in anderen entzünden willst.“ (Aurelius Augustinus) kennzeichnet meine Arbeit ebenso wie die elementare Frage danach, was den Teilnehmenden nützt, um ihre individuelle Entwicklung zu unterstützen und voranzubringen.

Nachdem wir als Schwestern sowohl in Ausbildung, als auch Beruf getrennte Wege gegangen sind, ist uns in der jüngsten Vergangenheit im Rahmen vieler intensiver Gespräche und vereinzelter Gemeinschaftsprojekte immer deutlicher geworden, dass sich unsere innere Haltung und die daraus resultierenden Arbeitsansätze nicht nur ähneln, sondern auch sehr gut ergänzen. Somit ist unsere Kooperation mehr als eine logische Konsequenz im Sinne der Bündelung wertvoller fachlicher Ressourcen. Sie ist auch eine Herzensangelegenheit.

Das Ergebnis finden Sie als konkrete Seminarangebote auf den folgenden Seiten dieser Broschüre. Unsere Veranstaltungsthemen richten sich sowohl an Fachkräfte aus den Bereichen Pädagogik und Sozialarbeit als auch an interessierte Privatpersonen und Arbeitsteams.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Arbeit mit Ihnen!

Anne-Kristin Götz Kristina Müller



Bindung, Bindungsmuster und Konsequenzen für den Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen im erzieherischen Kontext

Die Entwicklung eines grundlegenden Verständnisses von Bindung, Bindungstypen, sowie förderlichen und ungünstigen Einflüssen auf das Bindungsverhalten von Kindern und Jugendlichen, ist ebenso Gegenstand dieses Seminars, wie die Auseinandersetzung mit den eigenen Bindungserfahrungen. Darüber hinaus wollen wir gemeinsam mit den Teilnehmenden individuelle Antworten auf die Frage nach einem adäquaten Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen finden.

Wir wünschen uns von den Teilnehmenden Interesse an den eigenen Erfahrungen mit Bindung, sowie die Bereitschaft, diese ins Seminar einzubringen.

Umfang: 1 halber Seminartag (10.00 bis 14.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 69 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouse-Veranstaltung buchbar

Die Familie als soziales System – ihre Muster und deren Einflüsse auf andere Systeme, wie z. B. Kita und Schule

Diesem Seminar liegt das Verständnis zu Grunde, dass die Familie ein in sich geschlossenes soziales System darstellt und die Verhaltensmuster jedes einzelnen Familienmitgliedes prägt. Auch Einrichtungen zur Erziehung und Förderung von Kindern und Jugendlichen kann man als in sich geschlossene soziale Systeme verstehen.

Ziel ist es einerseits, den Teilnehmenden einen Überblick über verschiedene Muster zu geben, sowie andererseits Strategien zu entwickeln, in der alltäglichen Arbeit einen souveränen Umgang für sich zu etablieren.

Aufgrund des systemischen Ansatzes ist die Bereitschaft der Teilnehmenden zu einer selbstreflektierten Arbeitsweise grundlegende Voraussetzung für den Besuch des Seminars. Wir wünschen uns Neugier und Offenheit hinsichtlich der Erforschung eigener Erfahrungen und Muster in der persönlichen Herkunfts- und Gegenwartsfamilie.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person (inkl. Seminarmaterial)

Teilnehmerzahl: mind. 10 bis max. 15 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouse-Veranstaltung buchbar





Gesundheit und Widerstandsfähigkeit – Wie bleibe ich gelassen bei der Bewältigung meiner Lebensaufgaben?

Im Rahmen dieses Seminars wollen wir uns mit den eigenen Ressourcen und Fähigkeiten beschäftigen, die jeder von uns in sich trägt und mehr oder weniger gut nutzt, um die alltäglichen Herausforderungen des Lebens zu meistern. Wir wollen mit den Teilnehmenden gemeinsam das Bewusstsein schärfen für mögliche Faktoren, die sich auf unsere Gesundheit, Widerstandsfähigkeit, Bewältigungsstrategien und Selbsterhaltungsmechanismen auswirken. Auch die Reflexion bisher angewandter Strategien jedes Einzelnen und deren Wirksamkeit werden im Verlauf des Seminars zum Thema gemacht.

Daher ist die Bereitschaft zur Selbstreflexion und dem offenen Austausch mit der Seminargruppe eine ebenso notwendige Voraussetzung für die Teilnahme, wie die Akzeptanz gegenüber unserer systemischen Haltung und aktivierenden Arbeitsweise.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz

„Auch die dunkelste Wolke hat einen silbernen Rand.“ – Krisen, Ohnmacht und Grenzerfahrungen als Chance eigene Fähigkeiten und Potentiale zu entdecken

Wenn wir Krisen, Ohnmacht und Grenzerfahrungen als natürliche Lebens- und Entwicklungsaufgaben betrachten und annehmen wollen, schaffen wir Raum für persönliches Wachstum und die Entfaltung unserer individuellen Potentiale.

Im Rahmen dieses Seminars laden wir die Teilnehmenden dazu ein, sich mit ihren persönlichen Krisen und Grenzerfahrungen aktiv auseinanderzusetzen, sowie sich ihre daraus entstandenen Fähigkeiten und persönlichen Stärken bewusst zu machen. In diesem Sinne wünschen wir uns eine aktive Teilnahme und Mitgestaltung und unterstützen individuelle Entwicklungsprozesse durch eine systemische Haltung und anregende Methoden.

- Umfang:** 2 Seminartage
(am ersten Tag 10.00 bis 16.00 Uhr und
am zweiten Tag 10.00 bis 14.30 Uhr)
- Seminarleitung:** Anne-Kristin Götze und Kristina Müller
- Kosten:** 180 Euro/Person (inkl. Seminarmaterial)
- Teilnehmerzahl:** mind. 7 bis max. 12 Personen
- Ort:** Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouse-Veranstaltung buchbar





Machen lassen, schafft Selbstvertrauen – Kinder können mehr als wir denken, wenn wir ihnen unser Vertrauen schenken

In diesem Seminar geht es um eine konstruktivistische Grundhaltung, nach der wir unsere Welt selbst erschaffen und somit auch unsere Überzeugungen von eigenen Ressourcen und Fähigkeiten. Ausgehend davon, sowie von dem engen Zusammenhang zwischen Hirnentwicklung und Bewegungserfahrung, laden wir Sie ein, Reglementierungen von Kindern auf Ihre Auswirkungen zu prüfen und ggf. zu überdenken. Der Blick auf die motorische Entwicklung von Kindern in unterschiedlichen Altersbereichen soll mehr Sicherheit geben für das vertrauensvolle Umgehen und Begleiten von Bewegungserfahrungen.

Von den Teilnehmenden wünschen wir uns die Bereitschaft bisherige Verhaltensmuster im Umgang mit Kindern kritisch zu hinterfragen und einen offenen Austausch mit der Seminargruppe ebenso zu unterstützen, wie Akzeptanz gegenüber unserer systemischen Haltung und aktivierenden Arbeitsweise zu zeigen.

Umfang: 1 halber Seminartag (10.00 bis 14.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 69 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 10 bis max. 15 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz

Geschichten und Märchen als Kraftquelle und Möglichkeit zur Entspannung in Zeiten von Hektik und Ruhelosigkeit

Wie oft denken wir am Ende des Tages: „und was habe ich heute Schönes für MICH getan?“ Wie oft sind wir für andere da und vergessen dabei unser Bedürfnis nach einer Auszeit für uns selbst, die uns ein gutes Gefühl und Energie für unseren Alltag schenkt?

Tauchen Sie mit uns gemeinsam ein, in die wunderbare Welt von „Es war einmal ...“. Wir laden Sie ein, sich an die Lieblingsgeschichten Ihrer Kindheit zu erinnern und damit auch an die Momente voller Entspannung, Geborgenheit und Glück. Finden Sie zusammen mit uns heraus, wie Sie auch in Ihrem aktuellen Alltag Raum und Zeit für diese Momente schaffen können.

Im Rahmen dieses Seminars wünschen wir uns Ihre aktive Teilnahme und Mitgestaltung auf unserer Reise zu den Geschichten und Märchen Ihrer Kindheit.

Umfang: 1 halber Seminartag (10.00 bis 14.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 69 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouse-Veranstaltung buchbar





Meine Wurzeln geben mir Halt auf meinem Weg zu mir selbst. – Anregungen zu einem aufrichtigen Umgang mit der Herkunft meines Adoptiv- bzw. Pflegekindes

Dieses Seminar versteht sich als konkretes Unterstützungsangebot für Pflege- und Adoptiveltern, die sich mit den Wurzeln ihrer Pflege- bzw. Adoptivkinder auseinandersetzen wollen. Im Rahmen dieses Seminars bieten wir den Teilnehmenden die besondere Erfahrung an, Maria kennenzulernen, die als Adoptivkind aufwuchs und erst als Erwachsene von ihren Wurzeln erfahren hat. Ihre Lebensgeschichte soll die Teilnehmenden dazu anregen konkrete Ideen zu entwickeln für einen aufrichtigen Umgang mit der Herkunft ihrer Adoptiv- bzw. Pflegekinder.

Wir wünschen uns die Bereitschaft zur Reflexion der individuellen Situation in den jeweiligen Familien, bezogen sowohl auf die Kinder, als auch auf die eigene Person.

Umfang: 1 Seminartag (10.00 bis 14.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Maria Voigt

Kosten: 69 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz

Mut zur Wahrheit oder – Wie sag ich es meinem Kind?

Dieses Seminar versteht sich als konkretes Unterstützungsangebot für Adoptiveltern, die sich mit der o.g. Frage auseinandersetzen wollen. Wir bieten den Teilnehmenden an, sich im Rahmen dieses Seminars umfassend mit dem Thema Herkunft meines/unseres Adoptivkindes und allen dazugehörigen Aspekten zu beschäftigen. Darüber hinaus wollen wir gemeinsam mit den Teilnehmenden konkrete Handlungsansätze für das Aufklärungsgespräch erarbeiten. Wir wünschen uns die Bereitschaft zur Reflexion der individuellen Situation in den jeweiligen Familien, bezogen sowohl auf das Kind, als auch auf die eigene Person.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz





Natürliches Lernen als Chance für eine Unterrichtspraxis mit mehr Beteiligung und Freude

Wenn wir begreifen und akzeptieren können, dass der Prozess des Lernens genetisch sinnvoll vorprogrammiert ist, werden wir uns und unseren Interaktionspartnern, wie z.B. SchülerInnen, KlientInnen, KollegInnen, eben Menschen, die sich tagtäglich in persönlichen Lern- und Entwicklungsprozessen befinden, gerechter und ermöglichen so einen Prozess des persönlichen Wachsens und der Entfaltung unserer individuellen Potentiale. Im Rahmen dieses Seminars möchten wir die Teilnehmenden gern einladen, sich das natürliche/angeborene Lernen im Vergleich zu organisierten Lehr- und Lernprozessen bewusst zu machen. Unter zu Hilfenahme systemischer Haltungen, sowie aktivierender Methoden der Erwachsenenbildung wollen wir gemeinsam mit Ihnen Möglichkeiten entwickeln, Lern- und Entwicklungsprozesse nachhaltig zu fördern. Dabei wünschen wir uns eine aktive Teilnahme und Mitgestaltung im Rahmen eines gemeinsamen Lernprozesses unter Berücksichtigung des natürlichen Lernens.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person (inkl. Seminaraterial)

Teilnehmerzahl: mind. 10 bis max. 15 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouse-Veranstaltung buchbar

Wie gehe ich als Erzieher/Pädagoge mit verschiedenen Störungsbildern von Kindern und Jugendlichen um?

Im Rahmen dieses Seminars wird konkretes Wissen zu den Störungsbildern FAS, FTS, ADHS und diversen Essstörungen angeboten. Des Weiteren wollen wir gemeinsam mit den Teilnehmenden Verhaltensweisen aufseiten der erzieherisch/pädagogisch Tätigen herausarbeiten, die für die betroffenen Kinder hilfreich bei der Bewältigung schwieriger Situationen in deren Alltag sind.

Die Bereitschaft der Teilnehmenden, Erfahrungen aus der eigenen Lebensbiographie einzubringen ist ebenso wünschenswert, wie ein offener Austausch mit der gesamten Seminargruppe.

Umfang: 1 halber Seminartag (10.00 bis 14.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 69 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 10 bis max. 15 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouse-Veranstaltung buchbar





Stress – Ein missverstandener Zustand und wie wir lernen können, besser mit ihm zu leben

Wenn wir Stress als wichtige Funktion des Körpers annehmen können, deren Aufgabe es ist, uns zu schützen, ist der erste Schritt bereits getan, besser mit ihm umgehen zu können.

Dieses Seminar ermöglicht einen Einblick in die Funktionsweise von Stress einschließlich seiner psychischen und physischen Auswirkungen. Zusammen mit den Teilnehmenden soll auf individuelle Auslöser und Erscheinungsformen geschaut werden, ebenso wie auf eigene Ressourcen im Umgang mit Stress. Übungen zur Bewusstseinsbildung, Atmung und der körperlichen Auseinandersetzung sind ebenso Teil des Seminars.

Von den Teilnehmenden wünschen wir uns die Offenheit, eigene Erfahrungen einzubringen, sowie sich auf unsere systemische Haltung und aktivierende Arbeitsweise einzulassen.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouseveranstaltung buchbar

Wer bin ich wirklich? – Auf der Suche nach Antworten und neuen Perspektiven

Gehen Sie mit uns auf eine spannende Reise vom Erwachsenen zum Kind und wieder zurück. Erleben Sie Ihr Kindliches-Ich als Quelle für Inspiration und Neubeginn in festgefahrenen Lebensentwürfen. Dieses Seminar bietet den Teilnehmenden die Chance, über eine Annäherung zwischen Erwachsenen-Ich und Kindlichem-Ich vergessene oder noch unbekannte Ressourcen zu entdecken und für den weiteren Lebensweg zu nutzen.

Durch eine aktive Teilnahme und Mitgestaltung Ihrerseits, sowie eine unterstützende und aktivierende Rahmgebung unsererseits, wird es möglich, Antworten und neue Perspektiven zu entwickeln.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person (inkl. Seminarmaterial)

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz





Das Wutmonster – Fluch und Segen zugleich Von der Kunst Freundschaft mit der eigenen Wut zu schließen

Dieses Seminar widmet sich einer der nach unserer Auffassung am meisten missverstandenen emotionalen Regung und sucht Antworten auf die Frage welchen Nutzen die Wut für jeden Einzelnen von uns hat. Wir bieten den Teilnehmenden an, sich im Rahmen dieses Seminars umfassend mit sämtlichen Aspekten von Wut zu beschäftigen. Dabei soll es im Einzelnen um folgende Themenschwerpunkte gehen: evolutionärer und physiologischer Zweck der Wut, Ursachen und Auslöser von Wut, andere Emotionen, die als mögliche Gegenspieler wirken und Körpertechniken zur potenziellen Regulation.

Die Bereitschaft zur Selbstreflexion und einem offenen Austausch mit der Seminargruppe wünschen wir uns ebenso, wie die Akzeptanz gegenüber unserer systemischen Haltung und aktivierenden Arbeitsweise.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz

Yoga – über Bewusstsein, Balance und Entwicklung zu mehr Gelassenheit im Leben

In diesem Seminar geht es darum, Yoga als Möglichkeit zu erfahren, das eigene Erleben der individuellen Lebensumstände zu erweitern. Dabei bildet die Philosophie des Yoga die Grundlage für verschiedene Übungen, die auf Körper und Geist wirken und mittels Selbstreflexionsprozessen für das eigene Leben umsetzbar gemacht werden sollen.

Von den Teilnehmenden wünschen wir uns Neugier, Offenheit und die Bereitschaft, eigene Erfahrungen einzubringen.

Umfang: 1 Seminartag (9.00 bis 16.00 Uhr)

Seminarleitung: Anne-Kristin Götze und Kristina Müller

Kosten: 99 Euro/Person

Teilnehmerzahl: mind. 7 bis max. 12 Personen

Ort: Praxis Seelenwohl in Blankenburg/Harz
oder als Inhouseveranstaltung buchbar





Anmeldung Seminare

Für die Anmeldung zu den Seminaren, gehen Sie bitte auf unsere Internetseite

www.praxis-seelenwohl.de

und wählen Sie den Punkt „**Seminararbeit**“ aus. Hier finden Sie die Broschüre als Download, sowie alle Termine und ein Online-Anmeldeformular.

Wollen Sie uns für eine Inhouse-Schulung buchen, kontaktieren Sie uns bitte per E-Mail oder per Telefon über die angegebenen Kontaktdaten in der Broschüre.

Impressum

Herausgeber: PRAXIS Seelenwohl

Sitz: Kreuzstraße 44, 38889 Blankenburg

Steuernummer: 117/224/03799

Redaktion: Anne-Kristin Götze, Kristina Müller

Kontakt: Telefon: 0151 / 41228833
Telefax: 03944 / 367301
E-Mail: kontakt@praxis-seelenwohl.de
Web: www.praxis-seelenwohl.de

Layout & Druck: Harzdruckerei GmbH, Wernigerode

Stand: Januar 2019

Bildnachweis

Fotos S. 2, 4 - 8, 10 - 18: Götze/Müller

Foto S. 9: Russische Zaubermärchen (Raduga-Verlag
Moskau); Illustrationen: Nikolai Kotschergin; verlegt: 1984;
deutsche Übersetzung: 1989



PRAXIS Seelenwohl
Anne-Kristin Götze
Kreuzstraße 44
38889 Blankenburg

Telefon: 0151 / 41228833
Telefax: 03944 / 367301

E-Mail: kontakt@praxis-seelenwohl.de
Web: www.praxis-seelenwohl.de

