

Wo bin ich?

Wo will ich hin?



*Den Weg erkennen, gestalten und gehen.*

Eine Workshop-Reihe zur Lebensgestaltung mit Schlüssel&Blumen für den eigenen Weg

## **Wieso „Schlüsselblumen“?**

Es könnte sein, dass du auf deinem Weg auf Türen, Schranken oder gar ein verwünschtes Haus triffst. Dann ist es gut, Schlüssel dabei zu haben. Blumen helfen, die Lehren der Natur zu verstehen und schenken die Freude, die es an einem verregneten Novembertag braucht, um den Weg weiter zu gehen.

Wir beleuchten das individuelle „so Geworden-Sein“, Gestaltungsspielräume und Schritte der Umsetzung auf dem Weg zu deinem Ziel. Dabei darfst du dir *DEINE* Schlüssel&Blumen aussuchen.

## **Wegweiser:**

- **kleine Gruppe** - mindestens 4, maximal 10 Teilnehmende
- **fünf Samstage** vom Herbst bis zum Frühjahr, jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
- **in zwei Etappen**, separat buchbar
- **in Freiburg-Herdern**, UND - Werkstatt
- **Preise:** 1. Etappe 280 EUR, 2. Etappe 420 EUR, gesamt 650 EUR (Frühbucher 550 EUR)
- **nähere Infos unter** <https://www.und-werkstatt.de/aktuelles/>

## 1. ETAPPE: STANDORT UND KOMMUNIKATION

*Samstag, 23. Oktober 2021*

**Mich in Beziehung kennenlernen**

(Ich -Zustände, Beziehungsbedürfnisse)

*Samstag, 27. November 2021*

**Meine Gefühle ausdrücken und  
mit Gefühlen anderer umgehen**

(Strokes, emotionale Kompetenz, Abgrenzung)

## 2. ETAPPE: DEN GEHEIMNISSEN AUF DER SPUR

*Samstag, 22. Januar 2022*

**Welchem geheimen Plan folgt mein Leben?**

(Skript)

*Samstag, 19. Februar 2022*

**Was treibt mich an – bewusst oder unbewusst?**

(Antreiber, Stress, Resilienz)

*Samstag, 19. März 2022*

**Mit Autonomie mein Leben gestalten**

(Passivitätskonzept)

## **Patricia Remus**

Jahrgang 1970,  
TA-Beraterin,  
ROMPC® und Introvision,  
körperorientierte  
Weiterbildungen in  
Alexandertechnik und  
Hakomi,  
Gymnasiallehrerin,  
Mutter von drei Söhnen,

Gründerin der  
UND-Werkstatt:



[www.und-werkstatt.de](http://www.und-werkstatt.de)



## **Dr. Klaus Heidler**

Jahrgang 1952,  
Physiker und  
Transaktionsanalytiker,  
Erfahrungen aus gut 20 Jahren  
als Trainer und Coach,

Spezialgebiete:  
Kommunikation, Konflikte,  
Selbstmanagement und  
Lebensfreude!

[www.trainingmoderation.de](http://www.trainingmoderation.de)