



Einladung zur

FACHTAGUNG GRENZEN

Samstag
28. Oktober 2017
am LIKA



TAGESPROGRAMM |

8.30 Begrüssungskaffee und Tageskasse

9.00 Kurze Einführung Evelyne Kernen

9.05 - 9.50

Referat 1: Analoges und digitales Ich-Grenze-Bewusstsein Dr. Nick Blaser

Oft bemerken wir eine Grenzüberschreitung erst im Nachhinein. Nach einer Begegnung verspüren wir ein unangenehmes Gefühl nachklingen und wissen nicht warum. Möglicherweise hat der andere ein Gefühl, Bild oder eine Erfahrung bei mir hinterlassen, was mir nicht gut tut, oder er/sie hat mir etwas aus der psychischen Innenwelt entfernt. Wie verlaufen solche Dynamiken von Angesicht zu Angesicht und wie unterscheidet sich die elektronische Kommunikation davon? Diesen Fragen und wie mediale Gewohnheiten unseren Umgang mit der eigenen und fremden Ich-Grenze beeinflussen wird Nick Blaser mit Hilfe des räumlichen Aufmerksamkeitsmodells nachgehen.

9.50 - 10.45

Referat 2: Stärken Sie Ihr Grenz-Bewusstsein / Das persönliche Wertesystem – der innere Wegweiser Monica Strickler

Die komplexen Arbeitsfelder im Alltag stellen hohe Anforderungen an Belastbarkeit, Flexibilität und Selbstorganisation. Woher nehme ich diese Kraft? Woran orientiere ich mich? Was gibt mir Souveränität? Die inneren Werte wirken als starkes Orientierungssystem. Sie beeinflussen unser Handeln – häufig unbewusst. Sind die Leitwerte bewusst, gelingen verantwortungsvolle Entscheidungen. Menschen, die ihre Leitwerte kennen und entsprechend handeln, werden in ihrem Selbstwertgefühl gestärkt. Sie sind in der Lage, sich ehrlich zu positionieren.

10.45 - 11.10 Philosophischer Input Willi Fillinger

11.10 - 11.30 Pause / Büchertisch

11.30 - 12.30

Workshop 1 Dr. Nick Blaser

Nick Blaser wird in seinem Workshop das räumliche zwischenmenschliche Aufmerksamkeitsmodell vorstellen. In diesem Modell ist die mentale Ich-Grenze von grosser Bedeutung. Sein Workshop ist eine Einführung in die Arbeit mit dem Ich-Grenze-Bewusstsein.

11.30 - 12.30

Workshop 2

Monica Strickler

Die Balance finden zwischen Wertschätzen und Sprengen der eigenen Grenzen. Im Workshop werden Sie mit Monica Strickler Ihre Werte stärken und erleben, wie Sie mit Leichtigkeit über sich hinauswachsen.

Leitfragen

- Was ist mir wirklich wichtig?
- Woran orientiere ich mich?
- Was gibt mir Stabilität?
- Wohin will ich mich in Zukunft ausrichten?

Nutzen

- Wertschätzung und Festigung der Kernwerte
- Orientierungshilfe im Hinblick auf private und berufliche Veränderungen
- Aktivierung der inneren Wegweiser als Ressource

12.30 - 14.00

Mittagspause

Koch/Catering

14.00 - 15.00

Workshop 1

Beschreibung siehe linke Seite

Dr. Nick Blaser

Workshop 2

Beschreibung siehe oben

Monica Strickler

15.00 - 15.15

Pause / Büchertisch

15.15 - 16.15

Workshop 3

Roland Hirrlinger

Embodiment - Sicherheitsgefühl und Selbstverteidigung

Ganze Gruppe

Kommt Ihnen jemand zu nahe und Sie fühlen sich in Ihrer Sicherheit bedroht, werden Sie vermutlich versuchen, der Situation auszuweichen. Doch, was soll man machen, wenn die Dynamik des Geschehens dies nicht zulässt? Soll mein Gegenüber gestoppt werden und wird dies zuverlässig funktionieren? Wie sieht es aus, wenn Beziehungen mit im Spiel sind, ist die eigene Reaktion dann zu „hart“? In einer Situation mit körperlicher Dynamik werden wir mit zwei inneren Entscheidungsebenen konfrontiert. Einerseits bestimmt der Verstand, was wir tun sollen, andererseits werden wir durch unser Körpergefühl beeinflusst. Können diese beiden Entscheidungsebenen die gleichen Ziele verfolgen? Inwiefern spielt Achtsamkeit eine Rolle in Bezug auf Abgrenzung? Was sind taktische und strategische Überlegungen?

Wir machen einen gemeinsamen Ausflug in die Welt des Embodiments, dem Sicherheitsdenken und der Selbstverteidigung. Wir entdecken die Facetten des Appells „Stopp“. Wagen wir gemeinsam einen Blick unter die Oberfläche.

16.15 - 17.15

Philosophisches Gespräch unter der Leitung von Willi Fillinger mit allen ReferentInnen

Willi Fillinger

17.15

Abschluss

REFERENTEN



Dr. Nick Blaser

Psychiater, Psychotherapeut, Leiter des Centre for applied Boundaries Studies in Basel und Buchautor. Er hat mit seinem neuen räumlichen Menschenbild eine Metapher gefunden und eine Methode entwickelt, mit welcher er komplizierte menschliche Erfahrungen einfach darzustellen vermag und zu nachvollziehbaren Erlebnissen macht. Neben seiner wissenschaftlichen Tätigkeit leitet er auch Workshops, Trainings und Weiterbildungen. Dr. Blaser praktiziert in Basel, unterrichtet in der Schweiz und in Holland.



Monica Strickler

MAS Ausbildungsmanagement (IAP), eidg. dipl. Ausbildungsleiterin und lösungsorientierte Coachingfachfrau mit eigener Praxis in Richterswil. Ihre Arbeit vergleicht sie gerne mit dem, was sie beim Segeln tut: Sobald man den Kräften entgegen arbeitet, entstehen Widerstände und man kommt trotz grossem Kraftaufwand nicht dorthin, wo man hinwill. Wer hingegen die vorhandenen Kräfte nutzt, kommt mit Leichtigkeit vorwärts.



Roland Hirrlinger

Instruktor Aggressionsmanagement Psychiatrische Dienste Aargau AG. Seit 1989 in der psychiatrischen Klinik Königsfelden tätig. Aktuell Berufsbildner (eidg. FA) und Instruktor in der Leitung Pflege, Fachtherapien und Sozialdienste. Dozent an der HFGS Aarau. Instruktor für Krav Maga im Fitnesscenter Windisch. Seit 2005 Ausübung der aus Israel stammenden Selbstverteidigungsform Krav Maga. Dan-Träger im Wadoryu Karate und Kyusho-Schüler.



Willi Fillinger

Philosoph mit eigener Praxis „Kopfvoran“ in Zürich. Lizentiat über Louis Althusser. Er hat Philosophie, Geschichte und deutsche Literatur studiert. Die philosophischen Fragen, die ihn heute mehr denn je begleiten sind: Was ist menschliche Erkenntnis? Welche Erkenntnis brauchen wir? Was ist Gerechtigkeit? Was ist Nachhaltigkeit? Was ist ein gutes menschliches Leben? In welcher Gesellschaft leben wir?

ANMELDUNG |

<input type="checkbox"/>	Fachtagung ganztags inkl. Mittagessen (vegetarisch)	Fr. 320.-*
<input type="checkbox"/>	Fachtagung ganztags ohne Mittagessen	Fr. 290.-*
<input type="checkbox"/>	Fachtagung morgens Referate und 1 Workshop	Fr. 120.-*

* im Preis inbegriffen sind sämtliche Pausenverpflegungen und Getränke

Anmeldung über www.lika.ch/Fachtagung, info@lika.ch oder 056 441 87 38.
Die **Anmeldungen** für die Fachtagung 2017 werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens bearbeitet. Nach dem Eingang erhalten Sie eine Rechnung per Post.

Bei **Abmeldung** später als drei Wochen vor der Tagung verrechnen wir 50 Prozent der Tagungsgebühr. Bei Nichterscheinen besteht kein Anspruch auf Rückerstattung.

Workshops

Bei der Anmeldung für den ganzen Tag können Sie **alle 3 Workshops** besuchen! Es werden 6 Std. Weiterbildung bestätigt.

Gutscheine werden automatisch verrechnet, wenn die Anmeldung bis zum 31.08.2017 erfolgt. Offizieller Anmeldeschluss ist der 21.10.2017.

Anmeldetalon bis am 21.10.2017 per Post retournieren.

.....
Name/Vorname

.....
Strasse/Nr.

.....
PLZ/Ort

.....
Telefon

.....
Mobile

.....
E-Mail

FACHTAGUNG GRENZEN

Besten Dank an unsere Sponsoren:



Rolf Nyfeler



mehrbewegt.ch
054 210 60 71
rolf.nyfeler@biomail.ch

