

Ihnen kommen diese Situationen bekannt vor?

Dann leiden Sie womöglich wie viele von uns an „Aufschieberitis“ (Prokrastination).

Ist dieses ständige Aufschieben für Sie so unangenehm oder sogar zum Problem geworden, dann sind Sie bei uns im Seminar genau richtig!

Wir als Praktiker, die auch auf unterschiedliche Weise Erfahrung zu diesem Thema mitbringen, wollen Sie fachlich fundiert und mit einer guten Portion Leichtigkeit begleiten, Wege zu finden, um gute Gründe für Ihre ganz persönliche Aufschiebestrategie zu erfahren und neue Wege zu entwickeln, um endlich „Schluss mit dem Aufschieben“ zu machen.

Wie werden wir uns mit dem Thema beschäftigen?

Auf Grundlage von Ansätzen aus der Verhaltenstherapie, des NLP, der systemischen Therapie und der Hypnotherapie werden Sie den Sinn des Aufschiebens und Verhaltens- und Handlungsalternativen erfahren.

Wir gehen das Thema gemeinsam mit Ihnen methodenintegrativ an.

Wir arbeiten methodisch mit Geschichten, Metaphern und Imagination, kommen dem Phänomen familiengeschichtlich auf die Spur, schauen uns dessen zeitliche Dimension an und erkunden die Entscheidungsspielräume, die sich Ihnen neu eröffnen.

Wesentlicher Teil unseres Angebotes ist die Vertiefung in einem Folgeseminar. Sie verpflichten sich aber nicht, daran teilzunehmen.

Zwischen den Seminaren können Sie das Erfahrene in Ihrem Alltag umsetzen und im Folgeseminar Ihre persönlichen Erfolge feiern oder auch Ihre neuen Handlungsoptionen korrigieren. Auf diese Weise werden Ihre Chancen, das Aufschieben erfolgreich zu beenden noch erhöht.

Für wen ist dieses Seminar geeignet?

Für alle die sich aktiv mit dem Aufschieben auseinandersetzen möchten und die Bereitschaft mitbringen, sich mit dem Thema mit unterschiedlichen methodischen Ansätzen zu befassen.

Über uns



Nicole Rübsamen



Mario Schmid

Nicole Rübsamen (geb. 1971), Erziehungswissenschaftlerin M.A., freiberufliche Dozentin, Systemische Beraterin/Therapeutin (SG) und Supervisorin (hsi). Lehrbeauftragte der SRH Hochschule für Soziale Arbeit, Fachschule für Sozialwesen und Universität Heidelberg.

Zitat: „*Ich wünsche mir ein bisschen mehr Aufschieberitis.*“

Mario Schmid (geb. 1971), Dipl. Sozialpädagoge (FH), Dipl. Mediator (FH), systemischer Familientherapeut, Supervisor / Coach (ISTN/DGSF), Bereichsleiter in der Kinder- und Jugendhilfe, Sozialpädagogische Familienarbeit (SPFH).

Zitat: „*Nicht weil es schwer ist, wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen, ist es schwer!*“ *Seneca*



Günther Uch



Hans Weiss

Günther Uch (geb. 1955), Dipl.-Sozialarbeiter (FH), systemischer Therapeut und Berater (SG), langjährige Tätigkeit in der Jugendhilfe, Lehraufträge an der Hochschule Mannheim und der SRH Hochschule Heidelberg.

Zitat: „Fast alle prokrastinieren und es ist nichts Unanständiges.“

Hans Weiss (geb. 1954), Dipl. Psychologe (DK), Psychologischer Psychotherapeut, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Stadt Mannheim, eigene psychotherapeutische Praxis in Mannheim

Zitat: "Irgendwann bleibt nicht mehr so viel Zeit für das Aufschieben."

Das Seminar findet statt am:

Samstag, 07.10.2017 von 9:30 – 19:00

Folgeseminar am:

Samstag, 24.02.2018 von 9:30 – 19:00

Ort: Saal der Markuskirche

Rheinstraße 29, 1

69126 Heidelberg

Kosten:

100 €/Seminar

80€/studierende/arbeitslose Menschen

Anmeldung /Kontakt:

Dipl. Psych. (DK) Hans Weiss

Friedrich-Karl-Str. 6

68165 Mannheim

Tel.: 0621 4014324

Email: hans.weiss@web.de

Anmeldung bis 30.09.2017

Am besten schicken Sie uns mit der Anmeldung gleich Ihr persönliches Aufschiebethema.

Auf dem Schreibtisch wartet die Steuererklärung. Die Versicherungsunterlagen müssten auf Vordermann gebracht werden. Die Geburtstagsfeier müsste organisiert werden, den Termin für die Vorsorgeuntersuchung muss vereinbart werden, das Chaos auf dem Schreibtisch muss beseitigt werden, die nächste Studienarbeit steht an – man müsste, sollte, könnte mal.

Unangenehme Arbeiten vertagen, Entscheidungen hinauszögern – das machen viele von uns.

Kommen Ihnen diese Situationen bekannt vor?

Schluss mit dem Aufschieben!