

## Die Berliner Summertime Premiere

### Self-Leadership und Inspiration

für Coaches, Trainer:innen, Berater:innen, Führungskräfte, Lehrende, Personaler:innen  
und alle, die mit Menschen arbeiten



Wir sind Anke, Doris und Giovanna. Uns drei bringt eine gemeinsame Leidenschaft zusammen: Wir kombinieren in Coaching und Beratung begeistert die PSI-Theorie<sup>1</sup> und die IFS-Methode<sup>2</sup>. Aus diesem Special ist die Berliner Summertime geboren.

Tauche ein in Erleben, Erfahrung und Wissen - auf eine sommerlich leichte, inspirierende und Selbst-geführte Art und Weise. Mit uns und eingeladenen Referent:innen.

<sup>1</sup>PSI: die Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (Prof. J. Kuhl)

<sup>2</sup>IFS: Inner Family Systems Therapy nach Dr. Richard Schwartz

Du berätst Menschen, unterstützt sie, hilfst ihnen dabei, ihr Potenzial zu entfalten?

Bei der Berliner Summertime bekommst Du Inspirationen, wie Du Menschen noch besser verstehen und abholen kannst. Und es geht auch um Dich selbst: Deine Selbst-Kenntnis und Deine Strahlkraft.

#### Du kannst

- Neue Seiten an Dir erleben
- Dich selbst genießen, reflektieren und ausrichten
- Wissen aus der Hirnforschung tanken
- Leichtigkeit für die Umsetzung entwickeln

#### Du bekommst

- 3 Workshops an drei Tagen in Präsenz im **Workspace Liane**
- Impulse, Input und Austausch
- Viele Methoden für Deinen beruflichen Alltag

#### Du hast die Wahl

- Bei der Anmeldung nennst Du Deine Favoriten aus den Workshops (2x halbe Tage, 1x Ganztage)

#### Deine Investition

- 495,00 Euro inkl. MwSt
- Mit Frühbucherrabatt bis zum 31.3.2023 zahlst du 425,00 Euro inkl. MwSt



## Ganztags-Workshops

### **Einladung in die Welt von IFS – mit Giovanna Eilers**

In der Arbeit mit PSI taucht das öfter auf. Vielleicht kennst Du das auch: Du möchtest Dich verändern, aber wie? - Immer wieder rutschst Du ins Altbekannte. IFS<sup>2</sup> ist eine ressourcenorientierte und so wirksame Methode, Deine Persönlichkeitsanteile besser kennenzulernen und mit ihnen zusammen in die Veränderung zu gehen. Besonders an IFS ist das emotions- und körperfokussierte Herangehen. Wenn Du IFS noch nicht kennst, dann bist Du hier genau richtig.

### **Emotionale Selbsthilfe mit PEP (Halbtag) oder PEP& Selbstwerttraining (Ganztag) - mit Anke Bruske**

Im Stress gehen mit einem manchmal die Gedanken und Gefühle durch. Mit der Klopfmethode PEP nach Dr. Michael Bohne kannst du dir hochwirksam selbst helfen. Im Workshop wird auf humorvolle Weise in die Methode eingeführt. Du bekommst Einblicke, wie du PEP in deiner Arbeit nutzen kannst. Im Ganztagsworkshop kommt ein Selbstwerttraining hinzu – wirksam gegen „Selbstverzwergung“ und destruktive Glaubenssätze.

### **Gefühle sind die Kinder der Bedürfnisse - Ein GFK-Workshop - mit Filip Malinowski**

In der PSI arbeiten wir mit Motiven und deren Umsetzungsstilen, nur mittelbar aber mit den Bedürfnissen. Genau darum finden wir diesen Workshop auf der Summertime so spannend. Entdecke die Kraft authentischer, wertschätzender Kommunikation. Mit der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg steigerst Du Deine Fähigkeit, Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen. Du lernst, wie Du Dich in Konflikten echt und kraftvoll ausdrücken kannst und in Verbindung zum Gegenüber bleibst.

## Halbtags-Workshops

### **PSI mit Leichtigkeit: Die 7 Ebenen der Persönlichkeit entdecken - mit Giovanna Eilers**

Was Prof. Julius Kuhl uns mit der PSI-Theorie schenkt: Eine höchst komplexe Persönlichkeitstheorie. Was dieser Workshop Dir offeriert: Julius Kuhls „7 Ebenen der Persönlichkeit“ mit Lust und Leichtigkeit auf eine praxisnahe und mundfertige Art zu entdecken. Ein Workshop für absolute PSI-Newcomer:innen wie auch für PSI-Expert:innen.

### **Embodied Communication – Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf - mit Doris Voll**

Zwischenmenschliche Kommunikation umfasst mehr als gesprochene Worte. Der Körper, Gedanken, Gefühle, Blicke, Tonlagen, Bewegungen – kommunizieren mit. Dies geschieht automatisch, oft unbewusst und blitzschnell. Es gibt keine feste Botschaft, die von einer Person gesendet und von einer anderen empfangen wird. Botschaften entstehen und verändern sich im Prozess. Der Workshop basiert auf dem Konzept Embodied Communication von Dr. Maja Storch und Prof. Wolfgang Tschacher.

### **Internal Family Systems for professionals – IFS im Berufsalltag nutzen - mit Anke Lang**

Auch mit viel Berufserfahrung gibt es Situationen, die uns herausfordern: Wenn ein Kollege nervt, ein Klient Dich triggert oder Du Verunsicherung spürst. In diesem Workshop lernst Du mit IFS eigene Anteile kennen, die in solchen Situationen aktiviert werden. Du erfährst, wie Du Selbstqualitäten wie Mitgefühl, Kreativität und Ruhe aktivieren kannst. Das ermöglicht Dir mehr innere Balance im Berufsalltag. Der Workshop baut auf der Einführung „Einladung in die Welt von IFS“ auf.

## **Hier geht's zur Anmeldung**

**Fragen** kannst Du hier stellen

*Wir freuen uns, die Summertime mit Dir zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen!*