

Zur Person

Monika Meyer-Prentice

Jahrgang 1969

Existenzanalytische Logotherapeutin

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Psychologin (MA)

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für
Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE)

Klaus Holetz

Jahrgang 1955

Transaktionsanalytiker (Bereich
Organisation), Mitglied der Deutschen
Gesellschaft für Transaktionsanalyse.

Seit 1999 selbständig als Coach,
Organisationsentwickler, Berater,
Lernprozessgestalter, Trainer.

Erfahrungen:

- im Begleiten von persönlichen
Wachstumsprozessen
- mit Krisenbewältigung
- mit Veränderungsprozessen
- in Gruppendynamik
- in Kommunikationsanalyse
- mit Konfliktmanagement
- mit Feedbackprozessen
- mit interkulturellen Beziehungen
- aus vieljähriger Arbeit im Bereich
Psychosomatik und Psychotherapie

Monika Meyer-Prentice
Existenzanalytische
Logotherapeutin
Heilpraktikerin (Psychotherapie)
Psychologin (MA)



Klaus Holetz

Lehrender

Transaktionsanalytiker PTSTA
(Bereich Organisation) unter Supervision



Senior-Coach 
Organisationsentwickler

Kontakt:

SYS~TA~LO

Institut für Systemische Organisationsentwicklung,
Transaktionsanalyse, Existenzanalytische Logotherapie,
Ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung (GbR)

Ubierring 49 – 50678 Köln

Tel.: 0221 – 31 11 44

Workshop

Konstruktiver Umgang
mit Konflikten,
Abgrenzung, Kritik und
Aggressionen



Monika
Meyer-Prentice
+
Klaus Holetz



Ziel:

Da Ärger- und Zorngefühle oft hinunter geschluckt und verleugnet werden (müssen), hat der Mensch nur wenig oder keine Kontrolle über sie, wenn sie einmal mit Macht aufwallen.

In unserer heutigen Gesellschaft gilt Aggression als asozial, da keine sozialen Rituale oder strukturierte Formen vorgesehen sind, innerhalb derer sie auf unschädliche, gesteuerte und spielerische Weise zum Ausdruck kommen kann.

Wie die Rituale der Freundlichkeit in unser alltägliches Leben integriert sind, so ist es auch sinnvoll, für den Umgang mit Kritik, Konflikten und Aggressionen vielfältige Möglichkeiten zu entwickeln. Je konstruktiver wir mit eigenen und fremden Aggressionen umgehen können, desto weniger verletzende Feindseligkeit entsteht.

Inhalt:

Im Wechselspiel von Übungen, aufarbeitender und distanzierender Reflexion wird in dem 2,5-tägigem Workshop die Grammatik der Gefühle und Emotionen erkundet, identifiziert und spielerisch-übend erweitert.

Dies ist zum einen für den beruflichen und privaten Interaktionskontext relevant, die Übungen können auch für die professionelle Arbeit als TrainerIn oder z.B. in Teamentwicklungsprozessen eingesetzt werden.

Methoden:

In Einzel-/Kleingruppenarbeit und im Plenum wird selbsterfahrungsorientiert gearbeitet. Sie erlernen Rituale, die das Ziel haben, eine gelungene Kommunikation über Ärger und Wutgefühle zu ermöglichen. Gleichzeitig können sich irrationale, ungesteuerte und intensive, verborgene Wutgefühle gefahrlos ent-

laden, bevor diese sich als destruktive Energien auf zwischen-menschliche Beziehungen auswirken können.

Zahlen / Daten / Fakten:

Alternativtermine:

- **2011: 17. – 19. Juni**
- **2011: 02. – 04. Dezember**
- **2012: 28. – 30. September**
- **2013: 19. – 21. April**
- **2013: 08. – 10. November**

jeweils:

Fr.: 17:00 – 21:00

Sa.: 09:30 – 18:30

So.: 10:00 – 15:00

- Kosten: 300,- € / Workshop
- Veranstaltungsort:

SYS~TA~LO

Ubierring 49, 50678 Köln

- Anmeldung an:
kh@systalo.de
- www.systalo.de