



## Atelier: Vergangenen & Vergessen?

*Du kannst vor allem davon laufen (...) aber was in dir ist, holt dich immer wieder ein (Afrikanisches Sprichwort)*

Wie habe ich während der Corona-Krise reagiert und warum? Warum lassen mich bestimmte Themen nicht los oder provozieren mich unerklärlich heftig? Was hat meine Familie und Vergangenes mit meinem Verhalten in der Gegenwart zu tun? Krisen wie die Corona-Krise bringen automatisch tief verankerte Haltungen hervor. Der Verstand greift auf bewährte, das heisst häufig vererbte Muster zurück und weniger auf erlerntes Wissen. Das Untersuchen von transgenerationalen Zusammenhängen kann ein wertvolles Werkzeug sein, das wir für unser eigenes Konfliktverhalten nutzen können.

Cordula Reimann, selbstständige internationale Prozessbegeleiterin, Facilitatorin, Konfliktberaterin und Mit-Initiantin der im letzten Jahr gegründeten Fachstelle Dialog und Partizipation schafft einen vertrauensvollen und geschützten Rahmen für eine sehr interaktive Reflexionsreise zu der Bedeutung von transgenerationaler Übertragung von Glaubenssätzen, Verhaltensmustern und Emotionen.

- Ziele**
- Grössere Klarheit und Bewusstsein über transgenerationale Zusammenhänge
  - Kollegialer und wertschätzender Austausch zu gemeinsamen und verschiedenen Erfahrungen
  - Perspektivwechsel auf Vergangenes

- Inhalt**
- Meine Geschichte und „meine Themen“
  - „Meine Themen“ im Kontext mit meiner Familie und Generationen
  - „Familiengeheimnisse“, Tabus & Mythen über die eigene Familie
  - Akzeptanz von familiärer Vergangenheit und Klarheit über den eigenen Weg
  - Innere Ressourcen und Blockaden

**Zielgruppe** Alle Interessentinnen und Interessenten

**Leitung** Cordula Reimann, core coaching

**Datum** Freitag, 13. August 2021 / Von 14.00 bis 16.30 Uhr  
Samstag, 14. August 2021 / Von 15.00 bis 17.30 Uhr

**Kursort** Haus der Begegnung, Klosterweg 16, 7130 Ilanz

**Kosten** Fr. 120.00 für 1 Nachmittag (inkl. Kulturprogramm)

**Anforderung** Ausreichend Deutschkenntnisse