

Dagmar Schuldt

Kunst und Kommunikation

Coaching

mit Kopf, Herz und Hand

Selbstbestimmte Tätigkeiten und Berufe können zutiefst erfüllend sein. Gleichzeitig stoßen wir zuweilen an Grenzen: mangelnder Erfolg oder auch Unsicherheit der eigenen Arbeit gegenüber. Diese Erfahrungen können die persönliche und professionelle Identität angreifen und in Frage stellen.

In meinem Coaching geht es um die Frage, wie Freiraum (zurück-)gewonnen werden kann, um mögliche Wege aus bisherigen Mustern zu finden. Wir werden 'mit-den-Händen-denken', suchen eine Blickrichtung jenseits von fokussierten Zielsetzungen und standardisierten Erfolgsmustern. Der erweiterte Blick schafft den notwendigen Abstand, um dringenden, fest angepeilten – und oft auch vorformulierten – Zielen neu begegnen zu können. Ziel ist, zunehmend in Übereinstimmung mit sich selbst leben zu können und darauf basierend, Kräfte für einen zweiten Schritt zu sammeln:

'Jede(r) kann jederzeit aus dem etwas machen, was man aus ihm/ihr gemacht hat.' (nach Satre)



Bereits sprachlich weisen ‚Begreifen‘ und ‚Erfassen‘ auf die Bedeutung der Hände beim Verstehen hin. Wir nähern uns deshalb im ‚Denken-mit-Händen‘ individuellen Fragestellungen an. Zur Reflexion nutze ich das Modell vom Inneren Team und das Werte- und Entwicklungsquadrat nach Schulz von Thun.

Künstlerisches Arbeiten und Reflexion bilden in meinem Coaching eine Einheit. Grundlage dafür ist mein abgeschlossenes Studium im Fachbereich Kommunikationsdesign mit dem Schwerpunkt Visuelle Kunst, sowie die zertifizierte Zusatzausbildung Kommunikationspsychologie beim Schulz von Thun Institut Hamburg.

Inhalte:

- Das Eigene finden :
Arbeit mit einfachen Drucktechniken
- Innere Pluralität begreifen :
das Modell vom Inneren Team veranschaulichen
- Werte und Ziele abwägen:
Entwicklungsrichtungen sichtbar machen

Coaching mit individueller Terminvereinbarung
Dauer: 90 min | Kosten: € 180,00

Kontakt:

Dagmar Schuldt c/o Woods Art Institute WAI
Golfstrasse 5, 21465 Wentorf bei Hamburg
m: seminare@dagmarschuldt.de
t.: 0173 9632542

Dagmar Schuldt ist seit vielen Jahren als bildende Künstlerin in der Erwachsenenbildung tätig, bietet Seminare und Weiterbildungen zu unterschiedlichen Themen an.

Ausführliche Infos finden Sie unter:

www.seminare-dagmarschuldt.de